संत श्री आशारामजी आश्रम द्वारा प्रकाशित

ऋषि प्रसाद

मूल्य : ₹ ६ भाषा : हिन्दी
प्रकाशन दिनांक : १ जुलाई २०२१
वर्ष : ३१ अंक : १ (निरंतर अंक : ३४३)
पृष्ठ संख्या : ३६ (आवरण पृष्ठ सहित)

गुरुपूर्णिमा
विशेषांक



केशवानंदजी

साँईं श्री लीलाशाहजी

संत रामानंदजी

पीपाजी

संत तुकामाई

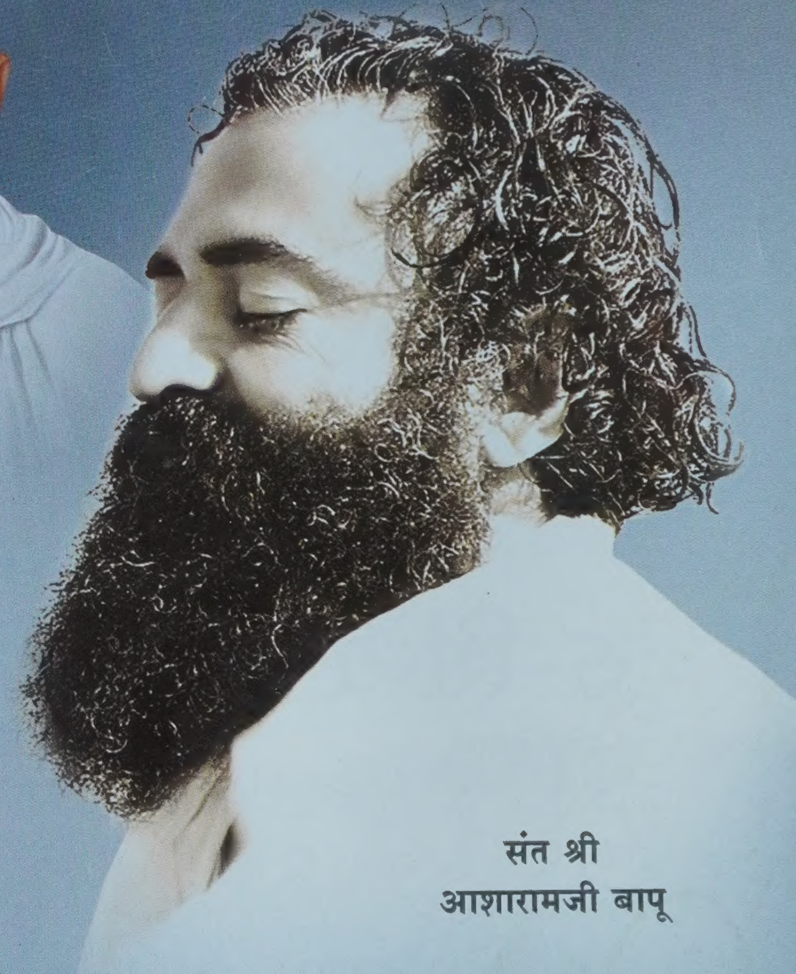
दवलेकरजी महाराज

नित्यानंदजी
महाराज

स्वामी मुक्तानंदजी



भगवत्पाद साँईं श्री
लीलाशाहजी महाराज



संत श्री
आशारामजी बापू

सत्शिष्यों के
जीवन से जानें

कैसे पायें
पूर्ण गुरुकृपा

पढ़ें पृष्ठ ६

सद्गुरुओं की युक्ति से शीघ्र मुक्ति होती है। जो इस युक्ति का अवलम्बन लेते हैं वे सत्शिष्य जीते-जी परमानंदस्वरूप को प्राप्त कर लेते हैं। आइये, ऐसे सत्शिष्यों एवं सद्गुरुओं के जीवन से हम वह युक्ति चुरा लें !



श्री सिद्धरामेश्वर
महाराज

श्री निसर्गदत्त महाराज

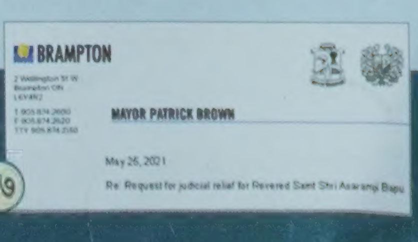
ऋषि प्रसाद ३२वीं जयंती वर्ष २०२१

...षि प्रसाद सेवाधारियों को पूज्य बापूजी का अनमोल प्रसाद

ऋषि प्रसाद जयंती : २३ जुलाई १७

...पूजी के साथ अन्याय कब तक ? - संत समाज २७

...न की कमी (anaemia) कैसे दूर करें ? ३०



आशारामजी बापू को तत्काल न्यायिक राहत दी जाय

- पैट्रिक ब्राउन, मेयर, सिटी ऑफ ब्रैम्पटन, कनाडा २७



गुरु-शिष्य के अंतर की अनुभव-वाणी

परमात्मज्ञान में तृप्त एक ब्रह्मवेत्ता सद्‌गुरु अपने शिष्य पर अहैतुकी कृपा बरसाते हुए गुरु-शिष्य शाश्वत संबंध तथा विशुद्ध प्रेम का दुर्लभ रहस्य समझाते हुए कहते हैं : ‘‘वत्स ! मैं सर्वदा तुम्हारे साथ हूँ। दोनों परमात्मा में एक हैं। मैं तुम्हारे सब भावों को जानता हूँ। तुम मेरे अनुभव को जितना ही अधिक अपने आकर्षित करोगे, उतनी ही हम दोनों में दैवी एकता बढ़ेगी। यह आत्मिक जीवन है। गुरु-शिष्य का संबंध इत घनिष्ठ है कि मृत्यु और वियोग भी इसमें बाधक नहीं है। शिष्यत्व मेरे भौतिक रूप को देखने में नहीं, मेरे उद्दे को समझने में है। हम लोगों में अपरिमित प्रेम है। गुरु और शिष्य का संबंध सर्वथा अभेद्य है।’’

गुरुदेव की सच्चिदानंदमयी अद्वितीय वाणी सुनकर शिष्य का हृदय कृतज्ञता से भर गया। उसके अं की भावधारा प्रस्फुटित हुई : ‘‘हे अनिर्वचनीय कैवल्य पद के परम भाव गुरुदेव ! मैं गुरु एवं ईश्वर के रूप आपका अभिनंदन करता हूँ। आपके वचन महामोह (अज्ञान) रूपी घने अंधकार का नाश करने के लि सूर्यकिरणों के समूह हैं। वे जिसके हृदय में आ जाते हैं उसके बड़े भाग्य हैं। उसीको आपके शुभाशीर्वाद त सर्वव्यापी प्रेम प्राप्त हैं। मेरे स्वामिन् ! आपके इन शब्दों को सुनकर मुझे गुरुदेव और शिष्य के बीच का सच्च संबंध ज्ञात हुआ है। हे अनुग्रह-विग्रह ! आपने अपनी कृपा से मुझे अंधकार में से उठा लिया है। मैं सर्वथा कु नहीं था। आपने उस स्थिति से उठाकर जैसा मैं हूँ वैसा बना दिया है। हे ईश्वर ! आपकी कृपा अनंत है। मेरे प्र आपका प्रेम अवर्णनीय है। आपका अपने शिष्य के प्रति स्नेह जननी के पुत्र के प्रति स्नेह से अनंत गुना अधि है। आपकी कृपा, आपका धैर्य, आपकी मधुरता अनंत है। हे भगवन् ! मैं आपकी स्तुति करता हूँ। मैं आपक अपना सर्वस्व - शुभ-अशुभ, भूत-भविष्य-वर्तमान समर्पित करता हूँ। अपने हृदय के अतिरिक्त मेरा दूसरा ध न होने दें। हे गुरुदेव ! आप मेरे जीवन के परम आश्रय, प्रेरक, संचालक, निर्वाहक एवं एकमात्र उद्देश्य हैं। अ मेरे जीवन-सर्वस्व हैं। मेरे आपको बारम्बार, अनेकानेक, नतमस्तक व करबद्ध होकर हार्दिक प्रणाम हैं !’’

ऋषि प्रसाद

हिन्दी, गुजराती, मराठी, ओड़िया, तेलुगु, कन्नड़, अंग्रेजी व बंगाली भाषाओं में प्रकाशित

वर्ष : ३१ अंक : १ मूल्य : ₹ ६
भाषा : हिन्दी निरंतर अंक : ३४३
प्रकाशन दिनांक : १ जुलाई २०२१
पृष्ठ संख्या : ३६ (आवरण पृष्ठ सहित)
आषाढ़-श्रावण वि.सं. २०७८

स्वामी : संत श्री आशारामजी आश्रम
प्रकाशक : धर्मेश जगराम सिंह चौहान
मुद्रक : राघवेन्द्र सुभाषचन्द्र गादा
प्रकाशन स्थल : संत श्री आशारामजी आश्रम, मोटेरा, संत श्री आशारामजी बापू आश्रम मार्ग, साबरमती, अहमदाबाद-३८०००५ (गुजरात)
मुद्रण स्थल : हरि ॐ मैन्युफेक्चरर्स, कुंजा मतरालियों, पौंटा साहिब, सिरमौर (हि.प्र.)-१७३०२५
सम्पादक : श्रीनिवास र. कुलकर्णी
सहसम्पादक : डॉ. प्रे.खो. मकवाणा
संरक्षक : श्री सुरेन्द्रनाथ भार्गव
पूर्व मुख्य न्यायाधीश, सिक्किम; पूर्व न्यायाधीश, राज. उच्च न्यायालय; पूर्व अध्यक्ष, मानवाधिकार आयोग, असम व मणिपुर

कृपया अपना सदस्यता शुल्क या अन्य किसी भी प्रकार की नकद राशि रजिस्टर्ड या साधारण डाक द्वारा न भेजें। इस माध्यम से कोई भी राशि गुम होने पर आश्रम की जिम्मेदारी नहीं रहेगी। **अपनी राशि मनीऑर्डर या डिमांड ड्राफ्ट ('हरि ओम मैन्युफेक्चरर्स' (Hari Om Manufactureres) के नाम अहमदाबाद में देय) द्वारा ही भेजने की कृपा करें।**

सम्पर्क पता : 'ऋषि प्रसाद', संत श्री आशारामजी आश्रम, संत श्री आशारामजी बापू आश्रम मार्ग, साबरमती, अहमदाबाद-३८०००५ (गुज.)
फोन : (०७९) २७५०५०१०-११, ६१२१०८८८
केवल 'ऋषि प्रसाद' पूछताछ हेतु : (०७९) ६१२१०७४२
७९९१२१०७१४ 'Rishi Prasad'
ashramindia@ashram.org
www.ashram.org www.rishiprasad.org

सदस्यता शुल्क (डाक खर्च सहित) भारत में

अवधि	हिन्दी व अन्य	अंग्रेजी
वार्षिक	₹ ६५	₹ ७०
द्विवार्षिक	₹ १२०	₹ १३५
पंचवार्षिक	₹ २५०	₹ ३२५
आजीवन (१२ वर्ष)	₹ ६००	---

विदेशों में (सभी भाषाएँ)

अवधि	सार्क देश	अन्य देश
वार्षिक	₹ ६००	US $ 20
द्विवार्षिक	₹ १२००	US $ 40
पंचवार्षिक	₹ ३०००	US $ 80

इस 'गुरुपूर्णिमा विशेषांक' में...

गुरु-तत्त्व में अडिग रहने के नये प्रयोग, नयी दिशा देनेवाला महापर्व

गुरुपूर्णिमा : २३ जुलाई

- पूज्य बापूजी

आत्मारामी संत, सद्गुरु के हृदय में तुम **जँच जाओ तो देर-सवेर तुमको ईश्वर का अमृत मिले बिना नहीं रहता ।** गुरु का प्रसाद हमारे जीवन में आये इसलिए राजे-महाराजे, साधक-भक्त वर्ष में गुरुपूनम को ज्यादा महत्त्व देते हैं । गुरुपूनम को गुरु-सान्निध्य से सारे वर्ष के सत्कृत्यों का पुण्य उस व्यक्ति के भाग्य में जमा होता है । यह कई साधकों का अनुभव है कि जिन्होंने गुरुपूनम, व्यासपूनम को ठीक से मना लिया उनके लिए पूरा वर्ष बड़े प्रेम, आनंद से उन्नतिदायक होता है ।



साल के सभी पर्वों से जो उन्नति होती है वह उन्नति खुले मैदान जिन महापुरुषों ने की है... **दिल-ए-तस्वीर है यार ! जब भी गर्दन झुका ली, मुलाकात कर ली ।...** ऐसे ब्रह्मवेत्ता गुरुओं की शरण में पहुँच जाना चाहिए । सालभर की उन्नतियों पर कृपा की मोहर लगवा लेने और अगले साल हेतु स्वाध्याय, जप का नियम-संकल्प लेने, विद्या-आरम्भ करने - ब्रह्मसूत्र जैसे सूक्ष्म ज्ञान-प्रधान ग्रंथों के अध्ययन की शुरुआत करने का दिन है गुरुपूर्णिमा ।

मानवीय मन और गुरु का मन

समाज को गुरु शिखर यानी ऊँचे शिखर पर पहुँचाने का पर्व है गुरुपूनम । गुरु यानी जो ऊँचा हो, भारी हो । जैसे भारी-में-भारी पर्वत होता है जो हवा, आँधी या तूफान से चलायमान नहीं होता, ऐसे ही गुरु का मन पर्वत जैसा अडिग होता है ।

मानवीय मन ३ प्रकार के होते हैं :

(१) पत्ते जैसा मन : सामान्य मनुष्य का मन पत्ते जैसा होता है । जरा-सा भेलपुरी का ठेला दिखे तो मुँह में पानी आ जाय, जरा-सी चूहे की आवाज आयी तो धड़ाक-धूम... हाथ में से कटोरा सरक पड़ा - यह अत्यंत विषय-विलास और संसार में रमण करनेवाले मन की दशा है ।

(२) टहनी जैसा मन : सामान्य मनुष्य की अपेक्षा नूतन भक्त का मन थोड़ा विशेष होता है । पत्ते की तरह बार-बार हिलता-डुलता नहीं है पर जैसे थोड़ा ज्यादा पवन आये और सारे पत्ते हिलते हों तो टहनियाँ भी हिलने लगती हैं, ऐसे ही विशेष परिस्थितियों में मन की तीव्र तरंगों से नूतन भक्त विचलित हो जाता है और सोचता है कि 'मेरा क्या होगा ?' उस समय उसको यह सोचना चाहिए कि 'हजारों-हजारों शरीररूपी पत्ते आये और मनरूपी पवन से हिले-डुले तब भी आज तक मेरा अस्तित्व है तो अभी मेरा क्या बिगड़ेगा ?' पत्ते जैसा मन तो थोड़े-थोड़े पवन से भी गिर जाय पर टहनी जैसा मन ज्यादा पवन आये तब हिलता है ।

(३) तने जैसा मन : ऊँचे साधक का स्वभाव तने जैसा होता है । पत्ते हिलें, टहनियाँ हिलें तब भी तना नहीं हिलता । पर यदि एक विशाल आँधी आयी हो तब अचानक तना गिर जाय ऐसा हो सकता है, ऐसे ही ऊँचा साधक विषय-विलास, विकारों में रहकर हलका जीवन बितानेवाले लोगों

के कहने में रहे और लोगों की अंधी सीख का तूफान आये तो उसका मन हिल जाता है ।

परंतु गुरु का मन यानी **पर्वत जैसा मन ।** गुरुपूर्णिमा सिखाती है कि **'हे साधक ! तू अपने गुरु के सिद्धांत की ओर देखना और गुरु के गुरु वे आत्मदेव हैं, उनकी ओर देखना । कैसा भी आँधी-तूफान या पवन चला हो पर जैसे हिमालय, सुमेरु, अर्बुद पर्वत (राजस्थान) या गिरनार के ऊँचे शिखर अडिग रहते हैं वैसे ही तू गुरु-तत्त्व में अडिग रहना ।'** और गुरु-तत्त्व में अडिग रहने में सहायक नये-नये प्रयोग, नयी-नयी दिशा देनेवाला पर्व गुरुपूर्णिमा का पर्व है ।

'हे साधक ! जैसे हिमालय, सुमेरु, अर्बुद पर्वत (राजस्थान) या गिरनार के ऊँचे शिखर अडिग रहते हैं वैसे ही तू गुरु-तत्त्व में अडिग रहना ।'

साधना का नूतन प्रयोग

सुबह नहाना-धोना आदि अपना नित्य-नियम कर लिया, फिर बैठ गये जप में । गुरुमंत्र की एक माला प्राणायाम सहित जपें । मंत्र जपते समय पहले तो विद्युत के कुचालक आसन पर बैठकर खूब गहरा श्वास लो, फेफड़ों को भरो और ८-१० मनके घूम जायें उतनी देर श्वास रोके रखो । ऐसा तेज गति से नहीं मजे से ८-१० बार मंत्रजप करो फिर माला रोक दो और धीरे-धीरे श्वास छोड़ो । फिर श्वास बाहर ही रोके रखो और ७-८ बार मजे से मंत्रजप करो ।

मंत्र जपा और श्वास नहीं लिया तो नाड़ियों में श्वास न जाने से एकदम सफाई हो जायेगी । ऐसा करते-करते करीब ५-७ बार श्वास अंदर रोको और ४-५ बार बाहर रोको, इतने में माला पूरी हो जायेगी ।

ये १०-१२ कुम्भक हो गये, काफी है फिर ज्यादा नहीं करना । उसके बाद गुरुमंत्र की बाकी मालाएँ करते-करते चित्त को परमात्मा में डुबाते जाना । गुरु के रूप में मेरे को मान रहे हो तो यह तुम्हारे लिए आज्ञा हो गयी ।

अग्या सम न सुसाहिब सेवा ।

गुरुओं की सेवा क्या है ? **गुरु अथवा संत हमको जो बताते हैं उस कल्याण की बात को हमने पकड़ लिया तो हमने गुरुओं की सेवा कर ली ।** तो इस बात को आप पकड़ लेना ।

इन बातों को ठीक से अपना बना लो

(१) गुरुमंत्र-जप का नियम : इस बात को सावधानी से समझ लें कि पतन न हो जाय इसलिए **कम-से-कम १००० बार अर्थात् १० माला गुरुमंत्र की, परमात्मा के नाम की प्रतिदिन जपनी चाहिए ।** अधिक जप हो जाय तो हर्ज नहीं । फिर मंत्र जपने में उसकी संख्या पर ज्यादा जोर नहीं देना, मंत्र के अर्थ पर जोर देना है । मंत्र जपते-जपते अगर आनंद आ रहा है और माला घुमाने की इच्छा नहीं होती है तो कोई जरूरी नहीं कि माला घुमाओ परंतु इस बात में सावधान रहना कि जप करते-करते आनंद आ रहा है कि नींद आती है । कभी-कभी वैसे सोओगे तो नींद नहीं आयेगी पर ज्यों ध्यान, जप करने बैठे त्यों झोंके शुरू । तो फिर क्या करें ? उठ जायें, पानी का आचमन ले लें, जरा चलें फिर मंत्रजप कर लें ।

(२) गुरुगीता-पाठ का नियम : जितने वर्ष आपके शरीर की उम्र हुई है उतनी बार वर्ष में गुरुगीता का पूरा पाठ कर लेना चाहिए । समझो आप ४० साल के हैं तो वर्ष में ४० बार गुरुगीता के पारायण आराम से कर सकते हैं, और ज्यादा करो तो तुम्हारी मौज की बात है । इससे भक्ति की पुष्टि होगी, तत्त्व का प्राकट्य होने में मदद

होगी, बहुत लाभ होगा ।

(३) सत्संग-श्रवण का नियम : एक और **खास आज्ञा है कि रोज सत्संग करना ।** फिर चाहे १ घंटा, आधा घंटा, १५ मिनट करो... नहीं तो चौथाई घड़ी अर्थात् ६ मिनट तो जरूर करना ।

एक सत्संग होता है आमने-सामने (ब्रह्मवेत्ता महापुरुष के प्रत्यक्ष सान्निध्य में), दूसरा होता है ब्रह्मवेत्ता संतों के अनुभवों के वचन जिन ग्रंथों, पवित्र पुस्तकों में हैं उनका स्वाध्याय अथवा ऑडियो-विडियो माध्यमों से सत्संग । यह तो तुम कर सकते हो; चाहे रेलगाड़ी में हो, चाहे ससुराल या मायके में हो, चाहे नौकरी पर हो । फिर ६ मिनट की जगह ७ या १५ मिनट करोगे तो और अच्छा है । एक बार पढ़ा या सुना, फिर से उसीको पढ़ो या सुनो तो कुछ और रहस्य खुलेंगे । ४ बार पढ़ा-सुना लेकिन अब ५वीं बार पढ़ा-सुना तो कुछ-न-कुछ ऐसा प्रकाश वह तुम्हारे हृदय को देगा कि तुम ऊँचे उठते जाओगे ।

इन बातों को ठीक से अपना बना लो, मनन कर लो । **जैसे मेरे गुरुदेव का प्रसाद मेरे दिल में ठहर गया, ऐसे ही वेदव्यासजी और मेरे गुरुदेव का वही प्रसाद आपके दिल में ठहर जाय तो मेरा काम हो गया ।** ❒

जोधपुर राखियाँ न भेजें

– पूज्य बापूजी

भगवान और संत भाव के भूखे हैं अतः मन-ही-मन राखी अर्पण करके मन से बाँध देना, पुण्यमय भाव लाना । यहाँ सारी राखियाँ मेरे तक नहीं पहुँच पाती हैं । यदि राखियाँ नहीं भेजेंगे तो आज्ञा मानने का पुण्य होगा और अगर भेजेंगे तो आज्ञा का उल्लंघन करके भेजेंगे इसलिए अवज्ञा करने का भी दोष होगा ।

सत्‌शिष्यों के जीवन से जाने

कैसे पायें पूर्ण गुरुकृपा

सद्‌गुरुओं की युक्ति से शीघ्र मुक्ति होती है । उन्हें रिझाकर पूर्ण गुरुकृपा प्राप्त करने की यह कुंजी उनके सत्संग, सत्शास्त्रों एवं उनके जीवन-चरित्रों से ज्ञात होती है । जो इस युक्ति का अवलम्बन लेते हैं वे सत्‌शिष्य जीते-जी परमानंदस्वरूप को, मोक्ष को प्राप्त कर लेते हैं । आइये, ऐसे सत्‌शिष्यों एवं सद्‌गुरुओं के जीवन से हम वह युक्ति चुरा लें और तीव्र गति से परमात्मप्राप्ति के पथ पर आगे बढ़ें । सद्‌गुरु और सत्‌शिष्यों की गरिमामयी विशाल परम्परा में से प्रस्तुत हैं कुछ उदाहरण :

श्री नित्यानंदजी के सत्‌शिष्य श्री मुक्तानंदजी

स्वामी मुक्तानंदजी कहते हैं : ''भगवान श्री नित्यानंद ने साधना में मेरी बहुत सहायता की, विशेषकर मेरे अहं को कुचलने में । उनके द्वारा मेरी अनेक कसौटियाँ ली गयीं पर मैंने कभी उनकी गलती देखनी नहीं शुरू की, मैं तो अपनी बुराइयों को देखता था । मैं यह समझता था कि केवल गुरु ही जानते हैं कि शिष्य पर कैसे कार्य करना है । गुरु के साथ रहना कठिन है परंतु यदि शिष्य ऐसा कर ले तो वह स्वयं गुरु बन जायेगा ।



उल्लसित गुरु-चिंतन, गुरु के पुण्य-स्मरण, गुरु-संगत, गुरुसेवा, गुरुआज्ञा-पालन - यही सिद्धमार्ग है, इसी पर चलते हुए

मुझे पूर्ण गुरुकृपा प्राप्त हुई ।''

श्री सिद्धरामेश्वरजी महाराज के सत्शिष्य श्री निसर्गदत्तजी

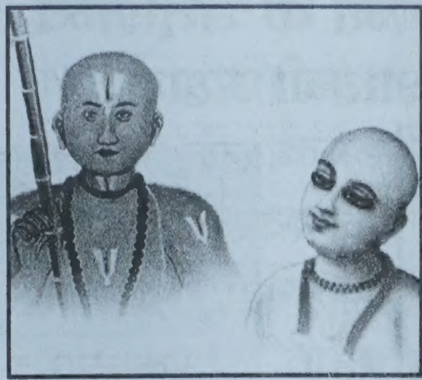
श्री निसर्गदत्तजी महाराज कहते हैं कि ''मेरे गुरु ने मुझे बताया कि मैं कुछ नहीं हूँ, बस स्वयं हूँ । और मैंने उन पर विश्वास किया । गुरुदेव ने कहा कि अपने अतिरिक्त प्रत्येक वस्तु के अस्तित्व को अस्वीकृत करो । मैंने तदनुसार आचरण किया और उन सबको महत्त्व देना बंद कर दिया जो 'मैं-मेरा' नहीं था । गुरुदेव ने बताया, 'एकमात्र तुम ही हो ।' और मैंने उन पर अविश्वास नहीं किया । बस, तब तक मैं इस पर चिंतन-मनन करता रहा जब तक कि मुझे यह साक्षात् प्रकट न हो गया कि गुरु का कथन परम सत्य है ।



उपदेश गुरु की ओर से दिया गया और भरोसा मेरा था । उनके प्रति अपने विश्वास के ही कारण उनके शब्दों को मैंने सत्य की तरह स्वीकार कर लिया । उन शब्दों की गहराई में उतरा, उन्हें जीवन में प्रयोग किया और इस प्रकार 'मैं क्या हूँ' इस बात का साक्षात्कार करने के योग्य मैं बन पाया । अपने गुरु और उनके शब्दों का स्मरण रखना बहुत बड़ी महत्त्वपूर्ण बात थी । इसके अतिरिक्त और भला क्या किया जाना आवश्यक है ?''

स्वामी रामानंदजी के सत्शिष्य श्री पीपाजी

संत पीपाजी के जीवन में संतसेवा के फलस्वरूप गुरुप्राप्ति और फिर गुरुप्रेम, गुरुसेवा, गुरु-सत्संग और गुरुआज्ञा-पालन विशेषरूप से देखने को मिलते हैं । पीपाजी कहते हैं कि ''वह परम तत्त्व जो ब्रह्मांड में है वही-का-वही हृदय में है किंतु जो उसे खोजते हैं, जिन्हें उसकी जिज्ञासा है वे ही सद्गुरु-कृपा से उसे पाते हैं ।

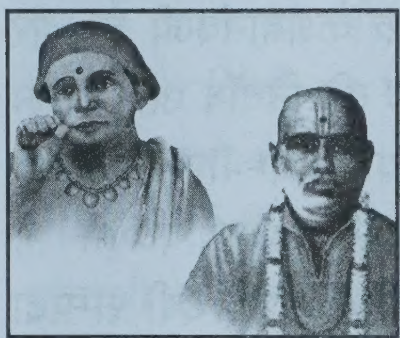


जो ब्रहमंडे सोई पिंडे जो खोजै सो पावै ॥
पीपा प्रणवै परम ततु है सतिगुरु होइ लखावै ॥''

(श्री गुरुग्रंथ साहिब)

संत तुकारामजी चैतन्य के सत्शिष्य श्री गोंदवलेकरजी

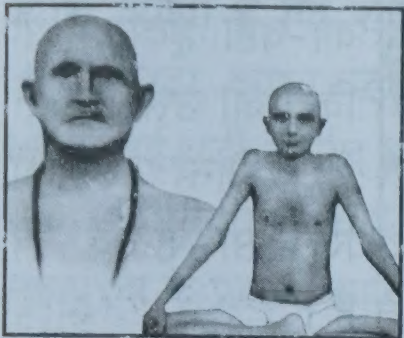
संत गोंदवलेकरजी के जीवन में बाल्यकाल से ही गुरु-प्राप्ति के लिए प्यास देखने में आती है और उनकी वह प्यास संत तुकारामजी चैतन्य (तुकामाई) के श्रीचरणों में पहुँचकर बुझी । गुरुचरणों में वे गुरुदेव की छाया बन के, गुरुसेवा को ही अपना सर्वस्व मानकर रहे । गुरुदेव द्वारा मिली हर कसौटी को अहोभाव से शिरोधार्य कर उन्होंने अपना शिष्य-धर्म निभाया । उसीसे प्रसन्न होकर गुरु तुकारामजी चैतन्य उन पर छलक पड़े और उन्हें परम तत्त्व का बोध करा दिया ।



संत गोंदवलेकरजी के ही शब्दों में : ''जो सद्गुरु के वचनों से चिपक जाता है उसकी (भावजन्य, वस्तुजन्य★, ज्ञानजन्य - सभी प्रकार की) दरिद्रता तुरंत ही चली जाती है ।''

★ बाह्य वस्तुओं का आकर्षण, आसक्ति छूटने से वस्तुओं का अभाव महत्त्वहीन, प्रभावहीन हो जाता है ।

स्वामी केशवानंदजी के सत्‌शिष्य साँईं श्री लीलाशाहजी महाराज



बालक लीलाराम का स्वभाव बचपन से ही बड़ा परोपकारी था। 'अकालग्रस्त लोगों में करुणावश उनके द्वारा अन्न बाँट देने से खाली हुई अन्न की बोरियाँ उनकी भगवत्पुकार से भर गयीं' - इस घटना ने लीलारामजी के जीवन में ईश्वर की प्यास का उद्दीपन अति कोमल वय में ही कर दिया, जिसे उन्होंने किसी भी कीमत पर बुझने नहीं दिया। इसी प्यास ने उन्हें १२ वर्ष की अल्प वय में सद्गुरु केशवानंदजी के द्वार पर पहुँचा दिया। बालक की निर्दोष और सरल बुद्धि में लक्ष्य के प्रति गम्भीर निश्चय, ईश्वरप्राप्ति की तीव्र लगन, अल्प वय में भी उत्कट वैराग्य, श्रद्धा-भक्ति आदि दैवी सम्पदा के कारण वे गुरुदेव को जँच गये। मोक्षफल साधन-साध्य नहीं है। शिष्य गुरु को जँच जाय फिर क्या बाकी रह जाता है !

मोक्षमूलं गुरोः कृपा...

लेकिन फिर भी गुरु अपने योग्य शिष्य को अपनी कसौटियों से गुजारकर उसे समता के सिंहासन पर आरूढ़ करते हैं। अतः गुरु ने उन्हें कसौटियों पर कसना शुरू किया। गुरु-आश्रम की सब प्रकार की सेवा, आगंतुकों का सत्कार और इन सबके साथ साक्षात् गुरुदेव से वेदांत शास्त्रों का अध्ययन - इस प्रकार भूख-प्यास से बेपरवाह हो गुरुसेवा-साधना-ध्यान आदि में उनके दिन-रात बीतने लगे। हर कसौटी का स्वागत उन्होंने गुरु के प्रति अपनी श्रद्धा और तितिक्षा से किया, मन में दिखनेवाली सूक्ष्म वासनाओं को सजग होकर मार भगाया एवं दिन-दिन प्रगाढ़ होते आत्म-अनुसंधान से गुरुदेव को संतुष्ट कर लिया। **गुरुदेव ने घर में घर दिखला दिया अमृत के प्यासे को अमृत का दरिया बना दिया पूजती है दुनिया 'भगवान' कह के जिसको भेद भ्रम का मिटा गुरु ने भगवान को आत्म जता दिया।**

साँईं श्री लीलाशाहजी के सत्‌शिष्य संत श्री आशारामजी बापू

[पूज्य बापूजी ने दी पूर्ण गुरुकृपा (मुक्ति) पाने की अनुभूत युक्ति]

पूज्य बापूजी का जीवन परमात्म-पथ के पथिकों के लिए दिग्दर्शक प्रकाशस्तम्भ है। पूज्य बापूजी की ईश्वरप्राप्ति की तड़प ऐसी थी कि ईश्वरानुभव के बिना आपको एक-एक दिन गुजारना कठिन होता था। आपकी कई रातें परमात्मा की याद में तड़पते हुए गुजरीं, जल्द-से-जल्द परमात्मप्राप्ति हो इसके लिए आप तरह-तरह की साधनाएँ, व्रत, नियम करते... आखिर सब कुछ छोड़छाड़ के आप सद्गुरु साँईं श्री लीलाशाहजी महाराज की शरण में पहुँच गये। अपने गुरुदेव को रिझाने के लिए उनकी छोटी-से-छोटी आज्ञा के पालन में आपकी तत्परता व निष्ठा देखते ही बनती थी। उस समय का आपका तपोमय, साधननिष्ठ जीवन ऐसा था कि देखनेवालों का हृदय द्रवित हो जाता था।

स्वयं पर गुरुकृपा कैसे बरसी इस बारे में पूज्य बापूजी अपने सत्संग में बताते हैं कि "**हमको हयात महापुरुष में दृढ़ श्रद्धा दे दी, यह ईश्वर की कृपा नहीं तो क्या है ! ऐसा सद्भाव दिया कि सद्गुरु ईश्वर का अनुभव करा सकते हैं। यह भाव आना ईश्वर की कृपा की पराकाष्ठा नहीं है तो क्या है !** अगर मुझमें मेरे गुरुदेव के प्रति दृढ़ श्रद्धा नहीं होती, गुरुजी मुझे ईश्वर से मिला देंगे ऐसा दृढ़ विश्वास नहीं होता तो जैसे

दूसरे लोग भाग गये ५-२५ प्रतिशत फायदा लेकर, ऐसे ही मैं भी तो भाग जाता । मेरी भी कई कसौटियाँ हुईं पर मैं भागा नहीं ।



मेरे गुरुदेव ब्रह्मरूप, ईश्वररूप ही तो हैं । मैं तो गुरु की गोद चला गया । **ध्यानमूलं गुरोर्मूर्तिः...** मैं गुरुदेव के श्रीचित्र का ध्यान करता, साँईं से बातें करता... लोगों को तस्वीर दिखती परंतु मेरे को तो मेरे गुरुजी साक्षात् देख रहे हैं, हँस रहे हैं, प्रसन्न हो रहे हैं, प्रेरणा दे रहे हैं ऐसा अनुभव होता । गुरुजी और हमारी मानसिक वार्ता होती । इससे मुझे अद्‌भुत लाभ हुआ ।

मेरे गुरुजी ने अपने किसी सेवक को कहा था : ''इसकी (बापूजी की) मेरे में प्रीति तो है, श्रद्धा है ।''

वह गुरुजी के सामने चुप हो गया फिर बोले : ''अरे, मजा (ब्रह्मानंद) भी लेगा !''

उस सेवक ने मेरे को सुनाया । मैंने कहा : ''अपन तो स्वीकार हो गये । गुरुजी के हृदय में स्वीकार हो गये, बस हो गया, और क्या है !''

गुरुदेव ने मुझे डीसा भेज दिया । वहाँ वातावरण ऐसा था कि एक दिन भी रहने की इच्छा नहीं होती थी परंतु गुरुजी की आज्ञा थी तो ७ वर्ष हम डीसा में रहे । हम डटे रहे तो आज उस गुरुकृपा का दिव्य प्रसाद भक्तों में, समाज में बँट रहा है । आपके मन का चाहा गुरुजी कर दें, यह जरूरी नहीं है । आपका जिसमें हित है वह गुरुजी ने कह दिया और आप उसमें डट गये, उसीमें कल्याण होता है ।

गुरुकृपा हि केवलं... आत्मारामी गुरु के हृदय में आपके व्यवहार से संतोष है तो आपके करोड़ों यज्ञ, करोड़ों जन्मों के तप, व्रत सबका फल गुरु की कृपा यूँ (झोली में) डाल देती है ! हमको उसीसे तो मिला । कंगला मेहनत करके कब करोड़पति बनेगा ? समझदार बच्चा तो करोड़पति की गोद गया और करोड़पति बन गया, ऐसे ही गुरुकृपा की झोली में चले जाते हैं तो उसी समय भगवत्प्रसाद !''

अपने सद्गुरु के प्रति अडिग श्रद्धा व प्रीति, उल्लसित गुरु चिंतन-स्मरण-ध्यान, गुरुआज्ञा-पालन, गुरु-सत्संग, गुरुवचनों में दृढ़ विश्वास, गुरुसेवा, आत्म-अनुसंधान, परमात्मप्राप्ति के लक्ष्य के प्रति गम्भीर निश्चय व उसके लिए तितिक्षा-सहन, गुरु के प्रति बिनशर्ती समर्पण, गुरु में अपने को खो देना - ये हैं वे अनमोल दिव्य रत्न जिन्हें इन महापुरुषों ने अपने जीवन और उपदेशों से खुलेआम लुटाया है और आज भी लुटा रहे हैं । 'श्री आशारामायण'कार ने तो पूज्यश्री के लिए लिखा है : **वे चाहते सब झोली भर लें...** इन रत्नों को पाने के आप-हम, हर कोई, सब-के-सब अधिकारी हैं । श्रीचरणों में यही प्रार्थना है कि हम इन दैवी रत्नों की महत्ता जानें और इन्हें अपने जीवनरूपी झोली में सँजोकर अमृतमय, परमानंदमय हो जायें । ❐

ऋषि प्रसाद प्रश्नोत्तरी

निम्न प्रश्नों के उत्तर हेतु यह अंक ध्यान से पढ़ें ।

(१) अनादि कल्पित अज्ञान का छूट जाना और अपने वास्तविक स्वरूप - आत्मस्वरूप में स्थित होना इसीका नाम .... है ।

(२) .... अपना घर ढूँढ़कर आप अपनी वास्तविक वस्तु (स्वस्वरूप) पहचान लेता है ।

(३) .... छोटे-से-छोटे व्यक्ति को भी महान बना देता है । (उत्तर अगले अंक में)

...यह संस्कृति मनुष्य को कितना ऊँचा उठा सकती है !

वेद-वेदांगादि शास्त्रविद्याओं एवं ६४ कलाओं का ज्ञान प्राप्त करने के बाद भगवान श्रीकृष्ण ने अपने गुरुदेव सांदीपनिजी से निवेदन किया : ''गुरुदेव ! गुरुदक्षिणा लीजिये।''

गुरुदेव ने मना किया तो श्रीकृष्ण ने विनम्र निवेदन करते हुए कहा कि ''आप गुरुमाता से भी पूछ लीजिये।'' तब पत्नी से सलाह करके आचार्य ने कहा : ''हमारा पुत्र प्रभास क्षेत्र में समुद्र में स्नान करते समय डूब गया था। हमारा वही बेटा ला दो !''



भगवान समुद्र-तट पर गये तो समुद्र ने कहा कि ''पंचजन नामक एक असुर हमारे अंदर शंख के रूप में रहता है, शायद उसने चुरा लिया होगा।''

भगवान ने जल में प्रवेश करके उस शंखासुर को मार डाला पर उसके पास भी जब गुरुपुत्र को न पाया तो वह शंख लेकर वे यमपुरी पहुँचे और वहाँ जाकर उसे बजाया।

यमराज ने उनकी पूजा की और बोले : ''हे कृष्ण ! आपकी हम क्या सेवा करें ?''

श्रीकृष्ण : ''तुम्हारे यहाँ हमारे गुरु का पुत्र आया है अपने कर्मानुसार। उसको ले आओ हमारे पास।''

यमराज बोले : ''यह कौन-सा संविधान (कानून) है ?''

''वह हम कुछ नहीं जानते, हमारा आदेश मानो। अरे, हमारे गुरु ने हमसे माँगा है। हमने कहा : 'माँगिये' और उन्होंने माँगा। इसके बाद अब संविधान की पोथी देखते हो ? संविधान कुछ नहीं, हमारी आज्ञा। **...मत् शासनपुरस्कृतः** - तुम मेरी आज्ञा स्वीकार करो।'' **(श्रीमद्भागवत : १०.४५.४५)**

यमराज ने वह गुरुपुत्र वापस दे दिया। भगवान ने उसे ले जाकर गुरुजी को दे दिया और बोले : ''गुरुदेव ! यह तो गुरुमाता ने माँगा था। आपने तो माँगा ही नहीं है। अब आप अपनी ओर से कुछ माँग लीजिये।''

गुरुजी बोले : ''बेटा ! महात्माओं को माँगना पसंद नहीं है।''

माँगना तो वासनावान का काम है। 'हमको यह चाहिए और यह चाहिए।' वासना भगवान के साथ जुड़ गयी, वासना का ब्याह भगवान के साथ हो गया तो वह उनकी हो गयी और यदि वह भी अपने अधिष्ठान में बाधित (मिथ्या) हो गयी तो वह निष्क्रिय हो गयी। प्रतीयमान होने पर भी उसकी कोई प्रतीति नहीं है।

गुरुजी बोले : ''आपका मैं गुरु हो गया। अब भी क्या कुछ माँगना बाकी रह गया ? अब हम देते हैं, तुम हमको मत दो।''

''आप क्या देते हैं ?''

''अपने घर जाओ, तुम्हारी पावनी कीर्ति हो, तुम लोक-परलोक में सर्वत्र सफल होओगे। वेद-पुराण-शास्त्र जो तुमने अध्ययन किये हैं, वे बिल्कुल ताजे ही बने रहें। जब हम तुम्हारे गुरु हो गये तो तुमने हमें सब दक्षिणा दे दी। अब हमारे लिए क्या बाकी है ?''

यह भारतीय संस्कृति का मनुष्य है जो भगवान का बाप, भगवान का गुरु बनने तक की यात्रा कर लेता है और भगवान को भी लोक-परलोक में सफल होने के लिए आशीर्वाद देने की योग्यता रखता है। हमारा सौभाग्य है कि हम भारतीय संस्कृति में जन्मे हैं। ❐

जीवन को प्रेमाभक्ति, ज्ञान व माधुर्य से भरने का अवसर

चतुर्मास : २० जुलाई से १५ नवम्बर - पूज्य बापूजी

चतुर्मास शुरू हो जाता है देवशयनी एकादशी से और कार्तिक की देवउठी एकादशी तक रहता है। इन ४ महीनों में भगवान नारायण योगनिद्रा में, ब्रह्मसुख में, एकांत में, सागर में शयन करते हैं तो जल का तेज, प्रभाव बढ़ जाता है। ऐसे ही साधक श्वासोच्छ्‌वास में अजपाजप करके ब्रह्मसुख के करीब जाता है तो उसके मन-बुद्धि का प्रभाव बढ़ जाता है। इन ४ महीनों में शादी-विवाह और सकाम कर्म करनेवाले को घाटा पड़ेगा किंतु उपवास, मौन, जप, दान, ध्यान और प्रातः-स्नान विशेष हितकारी, पुण्यदायी, साफल्यदायी हैं।



इन ४ महीनों में भोग-विलास, पति-पत्नी का संबंध, स्पर्श ज्यादा हानि करेगा और जीवन संयमी रहा तो जैसे भगवान नारायण ब्रह्म में विराजते हैं ऐसे ही आपको भी ब्रह्मचिंतन, ब्रह्मध्यान, ब्रह्मविश्रांति में बड़ी मदद मिलेगी।

चतुर्मास में विशेष लाभदायी

✻ चतुर्मास में सूर्योदय के पहले नदी-स्नान, तालाब-स्नान, सागर-स्नान करें अथवा तो बाल्टी में ३ बिल्वपत्र डालकर घुमा दें या तिल, आँवला और जौ का चूर्ण बना के रखें। थोड़ा-सा मिश्रण बाल्टी में डाल दें या कटोरी में घोल बना के शरीर पर रगड़ दें फिर **'ॐ नमः शिवाय, ॐ नमः शिवाय...'** अथवा 'ब्रह्म ही जलरूप बन के आया है', ऐसा चिंतन करके स्नान करें तो यह पुण्यदायी, पापनाशक, आत्मिक तेजवर्धक स्नान होगा। इससे सभी तीर्थों के स्नान का फल प्राप्त होगा। सप्तधान्य उबटन[1] में जौ और तिल है अतः वह उबटन भी स्नान के लिए सुखदायी, आनंददायी होता है। और भक्त को हाथ में जल लेकर 'यह भगवान विष्णु का चरणोदक है' ऐसा समझ के वह जल सिर पर डालना चाहिए। किसी कारण वह नहीं नहा सकता हो तो फिर मानसिक, मांत्रिक अथवा भस्म का स्नान भी किया जा सकता है।

✻ दीपदान[2] करनेवाले की बुद्धि, विचार व व्यवहार में ठीक ज्ञान-प्रकाश की वृद्धि होती है।

✻ पलाश के पत्तों पर भोजन करनेवाले व्यक्ति की बुद्धि सात्त्विकता-प्रधान होती है और उसे भगवान की प्रियता प्राप्त होती है।

✻ चतुर्मास में सप्ताह में एक दिन उपवास नहीं कर सकें तो १५ दिन में १ दिन उपवास तो नितांत जरूरी है।

यह अवसर चूकना नहीं चाहिए

४ मास तक भगवान अपने बेसामान, बेसाथी और बेमन भाव में रहते हैं। इन दिनों आप भी ऐसे रहेंगे तो यह आध्यात्मिक उन्नति में मददरूप होगा। अपने जीवन को भगवान की प्रेमाभक्ति से, भगवान के ज्ञान व माधुर्य से भरने का अवसर यह चतुर्मास है।

तपस्या, साधन-भजन करने का यह चतुर्मास **(शेष पृष्ठ १७ पर)**

१. यह संत श्री आशारामजी आश्रम में व समितियों के सेवाकेन्द्रों से प्राप्त हो सकता है।

२. तुलसी, पीपल, आँवला, वट आदि के नीचे या निकट तथा मंदिर, आश्रम, नदी, गौशाला आदि पवित्र जगहों में तथा चौराहे जैसे जन-उपयोगी स्थान पर दीपक जलाना।



भगवद्-बल की प्राप्ति का उपाय

- पूज्य बापूजी

संत तुलसीदासजी जयंती : १५ अगस्त

गिरनार के योगी योगशक्ति से आकाशमार्ग से उड़ के संत तुलसीदासजी के दर्शन करने गये । उन्होंने तुलसीदासजी से पूछा : "तुम कलियुग में रहते हो फिर भी काम से प्रभावित नहीं होते, इसका क्या कारण है ? तुम इतने आनंद में कैसे रहते हो ? कितने-कितने लोग तुम्हारा रामायण पढ़ के सुखी होते हैं ! तुम्हारे पास इतनी शक्ति, इतना प्रभाव कैसे आया ? तुमने कौन-सी तपस्या की है और तुम्हारे पास किस मंत्र का बल है ?"

तुलसीदासजी बोले : "मेरे में न योग, न जप, न तप, न पूजा - किसीका भी बल नहीं है मैं तो भगवान का हूँ, भगवान मेरे हैं, भगवान के बल से ही सब कृपा हुई है ।"

यह सुनकर सिद्ध लोग बड़े प्रसन्न हुए और सत्संग-वार्ता पूरी होने पर वापस लौट गये ।

तुलसीदासजी जप तो करते थे परंतु भगवान को अपना मान के । तो ऐसे प्रकट होता है भगवान का बल !

आप भी भगवान को अपना और अपने को भगवान का मानकर भजन, सुमिरन, जप करो तो आपको भी भगवद्बल की प्राप्ति हो जायेगी । □



...सतगुरु-चरण सनेह बिना रे

याद करो दिन जात बाद में,
सतगुरु-चरण सनेह बिना रे ॥[१]
जठर-अग्नि में बुंद जमाया,
पानी से कियो रचना रे ।[२]
उहवाँ[३] खान-पान पहुँचावै,
ऐसा सतगुरु है अपना रे ॥
नव-दश मास गर्भ प्रतिपालै,
कर-कर कोटि-कोटि यतना[४] रे ।
नाम लेत तोहि लाज लगत है,
माया में भूलि रह्यो मना रे ॥
बालापन सब खेल गमाया,
तरुण में कुछ नाहिं बना रे ।
वृद्ध भये तन आलस उपजी,
जीवन-मरण रैन स्वपना रे ॥
अवधि घटे जब काल गरासे[५],
उठे हाट तब कछु न बना रे ।[६]
कहैं कबीर सुनो भाई साधो !
मूल गमाय चले अपना रे[७] ॥
याद करो दिन जात बाद में,
सतगुरु-चरण सनेह बिना रे ॥

- संत कबीरजी

१. संत कबीरजी कहते हैं : ध्यान दो, जो अमूल्य समय मिला है उसमें सद्गुरु के चरणों से प्रीति कर लो अर्थात् उनके ज्ञान में गति कर लो, नहीं तो दिन व्यर्थ बीत जायेंगे । २. ईश्वर ही सद्गुरुरूप में अवतरित होकर जीव का पथ-प्रदर्शन करते हैं । अनेक योनियों में भटकते हुए जीव को वे ही बूँद (वीर्य) रूप से गर्भ में स्थापित करके मुक्ति की युक्ति कर सके ऐसे मानव-तन की रचना करते हैं । ३. वहाँ ४. यत्न ५. ग्रास बनाये ६. जब संसार-व्यापाररूपी बाजार से अर्थी उठेगी तब हाथ कुछ नहीं लगेगा ७. मनुष्य-शरीररूपी जो मूल मिला था उसका सदुपयोग कर सत्संग, ध्यान, भगवन्नाम-जप, सत्कर्म आदि का लाभ न कमाकर अपने उस मूल को भी व्यर्थ गँवा के चला जाता है ।

रूपाभाई को भावपूर्ण प्रेमांजलि व पूज्य बापूजी से जुड़े उनके कुछ मधुर संस्मरण



सूरत आश्रम के ५६ वर्षीय वरिष्ठ साधक नरेश मानकांनी उर्फ रूपाभाई का शरीर ११ जून को शांत हुआ । समस्त साधक-परिवार की ओर से उनको भावपूर्ण प्रेमांजलि ।

रूपाभाई का जीवन गुरुभक्ति, सेवानिष्ठा, कर्तव्यपरायणता, सरलता, तत्परता आदि विभिन्न दैवी गुणों से सम्पन्न था । उनके हृदय में हमेशा एक ही प्यास बनी रहती थी कि पूज्य बापूजी की शीघ्र रिहाई हो व उनका स्वास्थ्य सदैव अच्छा बना रहे । पूज्यश्री के स्वास्थ्य में गड़बड़ी संबंधी कभी कोई खबर सुनते तो उनका हृदय पीड़ा से भर जाता था ।

रूपाभाई १९८७ से सूरत आश्रम में सेवारत थे । उनको पूज्य बापूजी का सान्निध्य खूब मिलता रहा । वे गुरुआज्ञा-पालन को बड़ा महत्त्व देते थे और उसका अहं उनके हृदय में नहीं था । आज रूपाभाई स्थूलरूप से हमारे बीच नहीं हैं लेकिन उनके जीवन के कई सद्गुण हम सभीके लिए बड़े ही प्रेरणादायी हैं । उनके जीवन के कुछ संस्मरण, जो स्वयं रूपाभाई द्वारा आश्रमवासी भाइयों को बताये गये थे :

पूज्य बापूजी के जीवन-प्रसंग

उन्हींकी कृपा ने इस राह पर चलाया

१९८७ के आसपास की बात होगी । तब मेरी उम्र लगभग २२ साल होगी । मैं अहमदाबाद आश्रम में पूज्य बापूजी का सत्संग सुनने जाता था । एक दिन मैं देशी गुलाब की माला बापूजी को अर्पण करने के लिए व्यासपीठ के पास गया । पूज्यश्री किसीसे वार्तालाप में व्यस्त थे अतः माला रख के मैं जाने लगा तो बापूजी बोले : ''ऐ युवान ! इधर आ ।''

गुरुदेव ने मुझे प्रसादरूप में 'श्री गुरुगीता' दी और बोले : ''तू सूरत शिविर में आना (कुछ दिनों बाद दिवाली के पर्व पर सूरत में शिविर होनेवाला था) ।''

मैं सूरत गया तो पहले दिन ही मुझे पूज्यश्री का सान्निध्य मिला । बापूजी ने मेरा हाथ देखा, बोले : ''तू यहाँ (सूरत आश्रम में) रह जा ।''

तब मैंने बी.कॉम. की पढ़ाई पूरी कर ली थी और मैं दुबई जानेवाला था । दुबई जाने हेतु पासपोर्ट भी बनवा लिया था । मैं बाहरी दुनिया की चकाचौंध से प्रभावित था और मनुष्य-जीवन की महत्ता क्या होती है इससे अनजान था अतः मैंने पूज्यश्री की बात को सुना-अनसुना कर दिया ।

शिविर पूरा होते ही मैं घर जाने के लिए निकल रहा था तो किसी भाई ने मुझे बताया कि ''अरे ! बापूजी तुम्हें याद कर रहे हैं ।''

मैं वापस गया तो पूज्यश्री बोले : ''क्या करेगा ?''

मैंने कह दिया : ''जी, जैसी बापूजी की आज्ञा हो ।''

अब मुझमें विवेक-वैराग्य तो था नहीं और मैंने कहा : 'जैसी आज्ञा ।' तो गुरुदेव ने मेरा विवेक-वैराग्य जगाने के लिए कहा : ''यहाँ रहकर अनुष्ठान कर । आश्रम के पास में ही श्मशान है ।

७ दिन तक श्मशान में ही रहना, भिक्षा माँग के खाना और वहीं बैठ के 'ईश्वर की ओर...' पुस्तक पढ़ना ।''

गुरुदेव की आज्ञानुसार मैं श्मशान में जाकर रहने लगा। रोज आश्रम से छपी 'ईश्वर की ओर...' पुस्तक पढ़ता था और भिक्षा माँगकर भोजन करता, इस प्रकार ७ दिन बीत गये । इन ७ दिनों में मेरे जीवन में जो परिवर्तन आया वह मैं सोच भी नहीं सकता था । मुझे अब संसार की नश्वरता प्रत्यक्ष दिखने लगी थी। हृदय में वैराग्यरूपी बीज अंकुरित हो चुका था, मन संसार की मोह-माया से उपराम होने लगा था और बुद्धि में ईश्वरप्राप्ति के मार्ग पर चलने का निश्चय हो चुका था। फिर क्या था, मैं आश्रम में ही रुक गया।

मैं तो भोगी वातावरण (विदेश) में जा के विलासी जीवन जीकर चौरासी के चक्कर में भटकने की तैयारी कर रहा था लेकिन यह पूज्य गुरुदेव की अहैतुकी करुणा-कृपा ही थी कि मुझे परमात्मप्राप्ति के परम योग का पथिक बना दिया। इतना ही नहीं, जब कभी भी इस मार्ग से कुछ फिसलाहट हुई तो गुरुदेव ने मुझे पग-पग पर सँभाला है। मैंने गुरुदेव के अकारण करुणा करने के स्वभाव को अपने जीवन में तथा अन्य अनेकों के जीवन में प्रत्यक्ष देखा है।

''मैं श्मशान में जाकर रहने लगा । रोज 'ईश्वर की ओर...' पुस्तक पढ़ता था और भिक्षा माँगकर भोजन करता, इस प्रकार ७ दिन बीत गये । इन ७ दिनों में मेरे जीवन में जो परिवर्तन आया वह मैं सोच भी नहीं सकता था ।''

गुरुआज्ञा-पालन ही सार है

सूरत के शिविर में मेरे साथ मेरा एक मित्र भी आया था। बापूजी ने उसे भी अनुष्ठान करने को कहा था पर उसने पूज्यश्री की बात नहीं मानी और लौट गया। जब बापूजी अगली बार सूरत आये तो मुझसे पूछा : ''तेरा साथी कहाँ गया ?''

मैंने कहा : ''बापूजी ! वह तो घर चला गया।''

यह सुनकर गुरुदेव के हृदय में करुणापूर्ण व्यथा हुई। सम्भवतः उस आज्ञापालन में उसके कठोर प्रारब्ध के उन्मूलन एवं सुखमय जीवन का बीज समाया था... कुछ दिन बाद ही पता चला कि उसका स्वास्थ्य खराब हो गया है, नौकरी-धंधा करना भी कठिन-सा हो गया है और यह समस्या उसे लगभग जीवनभर बनी रही। अगर वह बापूजी की बात मान लेता तो उसके भाग्य की रेखाएँ बदल जातीं और उसको इतना कष्ट नहीं उठाना पड़ता।

उसने गुरुदेव की आज्ञा नहीं मानी लेकिन गुरुदेव कैसे करुणा-वरुणालय हैं कि जब कभी उसकी दयनीय हालत के बारे में गुरुदेव को पता चलता तो गुरुदेव का हृदय करुणा से भर जाता। पूज्यश्री बोलते थे कि 'जब भी वह आश्रम आये तो उसे रहने देना, उसको खर्चा-पानी देना।'

पूज्य बापूजी सत्संग में भी यह बात बताते थे कि 'देखो, रूपा रुक गया तो कितना अच्छा हुआ और उस बेचारे (मित्र) की क्या हालत है !'

...तो तू कहाँ-से-कहाँ पहुँच गया होता

एक बार भोपाल समितिवाले अपने क्षेत्र में पूज्य बापूजी के सत्संग-समारोह की माँग हेतु पूज्यश्री के पास आये थे। बापूजी ने मेरी ओर इशारा करते हुए उनको कहा : ''यह मेरा नया शिष्य है, इसको सत्संग करने ले जाना। यह सत्संग करेगा।''

तब आश्रम का 'आत्मयोग' नाम का एक नया साहित्य निकला था । बापूजी बोले :

''आत्मयोग पढ़ लेना और याद करके बोल देना । चिंता नहीं करना, अपने-आप भीतर से सब निकलेगा, जा ।''

इतना कहकर गुरुदेव चले गये । मैं बहुत घबरा गया । मुझे पसीना छूटने लगा । सब मुझे सत्संग करने के लिए बोलने लगे ।

मैंने गुरुआज्ञा को महत्त्व न देकर अपनी अल्प मति के अनुसार कहा : ''बापूजी ने तो ऐसे ही बोल दिया है । ऐसे थोड़े ही मुझसे सत्संग हो पायेगा ! मैं अभी-अभी तो आया हूँ, १ महीना भी नहीं हुआ है !''

दूसरे दिन ही प्रातः ४ बजे बापूजी का दूरभाष आया, मैंने उठाया तो गुरुदेव ने पूछा : ''कौन ?''

''जी, रूपा ।''

''तू गया नहीं सत्संग करने ?''

''जी, मेरा मन 'ना' बोलता है ।''

गुरुदेव ने कहा : ''अरे ! गुरु के कहे अनुसार करेगा कि अपने मन का करेगा ? गया होता तो कहाँ-से-कहाँ पहुँच गया होता !''

अपनी संकीर्ण विचारधारा के चलते उस समय मैं गुरुआज्ञा-पालन से चूक गया । बाद में गुरुकृपा से मुझे समझ में आया कि गुरुदेव जब कुछ आज्ञा देते हैं तो उसे पूरा करने का सामर्थ्य भी देते हैं । वास्तव में तो उन्हींके सत्यसंकल्प से कार्य पूरा होता है, हम तो उसमें निमित्तमात्र बनते हैं ।

...इससे गुरुदेव प्रसन्न हो जाते हैं

पूज्य बापूजी साक्षात् परब्रह्म-परमात्मा हैं । उनमें हमेशा ब्रह्मभाव ही रखना चाहिए । **पूज्यश्री को सच्चाई, ईमानदारी बहुत पसंद है ।** गुरुदेव मन की बात भी तुरंत जान लेते हैं ।

एक बार बापूजी मुझे बोले : ''तू जितना भोजन करता है उतना डिब्बे में लेकर आ ।''

मैं डिब्बे में २-३ रोटी, थोड़ा चावल और रसदार सब्जी लेकर गया । बापूजी कुटिया के अंदर बैठे थे । गुरुदेव ने डिब्बा देखा तो बोले : ''सच बता, तू रोज जितना खाता है उससे कम लाया है न ?''

मैंने कहा : ''जी बापूजी ! कम लाया हूँ लेकिन आपको कैसे पता चल गया ?''

पूज्यश्री बोले : ''अरे, मुझे सब पता है, तू क्या करता है मैं सब जानता हूँ । तू अभी से नहीं २ जन्मों से मेरे साथ है ।''

> **पूज्यश्री बोले** : **''अरे, मुझे सब पता है, तू क्या करता है मैं सब जानता हूँ । तू अभी से नहीं २ जन्मों से मेरे साथ है ।''**

भोजन स्वास्थ्य व साधना के अनुकूल हो, उचित मात्रा में हो इस बात का पूज्यश्री ध्यान रखते हैं तो मुझे लगा था कि पूज्यश्री यही सब देखने के लिए मेरा भोजन देखना चाहते हैं लेकिन यहाँ बात कुछ और ही निकली । यहाँ पर बात थी 'सच्चाई' की, 'निखालिसता' की ।

ईमानदारीभरा व्यवहार पूज्यश्री को बहुत पसंद है । एक भाई आश्रम में बिना अनुमति के पेड़ से अमरूद तोड़ के खा लेता था । बाद में उसे एहसास हुआ कि यह तो चोरी कहलायेगी । गुरु के आश्रम में, ऐसे पवित्र तीर्थक्षेत्र में गलत काम करना तो बहुत बड़ा अपराध है । उसने बिना किसीके कहे वह बात सच्चाई से गुरुदेव के सामने रख दी और क्षमायाचना करने लगा ।

बापूजी उस भाई की ईमानदारी पर बहुत प्रसन्न हुए और मुझसे बोले : ''रूपा ! यह ईमानदार है, इसको अपने साथ सेवा में रख लेना ।''

किसीकी जरा-सी भी ईमानदारी, तत्परता, सरलता, भगवत्प्रीति आदि देखकर गुरुदेव प्रसन्न हो जाते हैं । मुझमें तो कोई

अपना सद्गुण था नहीं, जो भी था वह उन्हींके सत्संग और कृपा से मिला था फिर भी एक बार सेवा में ईमानदारी की बात चल रही थी तो प्रसन्न होकर पूज्यश्री बोले : ''रूपा ! अगर तूने अपने बलबूते पर आत्मसाक्षात्कार नहीं भी किया तो भी आखिर में तेरे को धक्का तो लगा ही दूँगा (पार होने की यात्रा करा ही दूँगा) ।''

रूपाभाई के लिए पूज्यश्री का संदेश

गुरुचरणों में रहते हुए अपने जीवनकाल में तो रूपाभाई ने गुरुदेव की प्रसन्नता पायी, उनके संसार से विदा होने के बाद भी गुरुदेव का हृदय उनके प्रति छलका। गुरुदेव के श्रीमुख से रूपाभाई के लिए ३ बार ये श्रीवचन निकले : ''वह तो मेरा हीरा था !'' ❐

जितनी जिम्मेदारी और तत्परता, उतना विकास

- पूज्य बापूजी

सत्संग को पाने और समझने के लिए तो राजे-महाराजे राजपाट छोड़कर सिर में खाक डाल के, हाथ में झाड़ू ले के सफाई करने या बर्तन माँजने की सेवा हो तो वह भी स्वीकार करके ब्रह्मवेत्ता गुरुओं को रिझाते थे तब उनको ज्ञान मिलता था।

हम भी गुरुद्वार पर बर्तन माँजने की सेवा करते थे तो वहाँ की मिट्टी पथरीली होने से सेवा करते-करते कभी-कभी उँगलियों से खून बह जाता। हाथों पर पट्टी बाँध लेते लेकिन सेवा नहीं छोड़ते थे, आखिर गुरुद्वार की सेवा थी। उन दिनों में हम १० से १५ तोला सोना रोज खरीद के रख सकें इतना कमा सकते थे, सोना भी सस्ता था। अभी १०-१५ तोला सोना सवा सात लाख का मान लो। सवा सात लाख आज के दिन में रोज कमाना, उसको छोड़कर गुरुजी के यहाँ बर्तन माँजने की सेवा, शास्त्र पढ़ने की सेवा, चिट्ठियाँ आती थीं तो उनको श्रीचरणों में पढ़कर उनका जवाब भेजने की सेवा... तो चपरासी से लेकर खास सचिव तक की सारी सेवा हम उठा लेते थे।

जो जिम्मेदारी लेने से कतराता है, काम करने में लापरवाही करता है या 'मैं तो भजन कर रहा हूँ' ऐसा कह के सेवा से जी चुराता है, वह भजन में भी सफल नहीं होगा, कामकाज में भी सफल नहीं होगा। काम करो तो तत्परता से करो फिर भजन भी तत्परता से होगा। लापरवाह व्यक्ति न भजन में सफल होगा न कामकाज में सफल होगा। कार्य करें तो मन लगा के करें। कार्य जितनी जिम्मेदारी से, तत्परता से करेंगे उतनी योग्यता बढ़ेगी। जितनी बड़ी-बड़ी जिम्मेदारियाँ लोगे और तत्परता से पूरी करोगे उतना विकास होगा। तो **कभी भी पलायनवादी विचार नहीं करना। 'सीताराम-सीताराम' की, 'जय श्रीकृष्ण' की चादर ओढ़कर भगतड़े बन जाना कोई बड़ी बात नहीं है; श्रीकृष्ण अथवा रामजी ऐसे भगतड़ों को नहीं मिलते। भगवान कृष्ण और रामजी का अनुभव भक्तों को मिलता है। भक्त वे हैं जो अपने चैतन्य स्वभाव से, अपने आत्मस्वभाव से विभक्त न हों, अलग न हों, सावधान रहें।**

भगत जगत को ठगत है, भगत को ठगे न कोई।
एक बार जो भगत ठगे, अखंड यज्ञ फल होई॥

ऋषि प्रसाद सेवाधारियों को पूज्य बापूजी का अनमोल प्रसाद

इस प्रसाद के आगे करोड़ रुपये की भी कीमत नहीं

(ऋषि प्रसाद जयंती : २३ जुलाई)

ऋषि प्रसाद के सेवाधारियों को मैं 'शाबाश' देने से इनकार कर रहा हूँ। न शाबाश देना है, न धन्यवाद देना है और न ही कोई चीज-वस्तु या प्रमाणपत्र देना है क्योंकि दी हुई चीज तो छूट जायेगी । जो है

हाजरा-हुजूर जागंदी ज्योत ।
आदि सचु जुगादि सचु ॥
है भी सचु नानक होसी भी सचु ॥

उसमें इनको जगा देना है, बस हो गया !



ऋषि प्रसाद के एक-एक सेवाधारी को एक-एक करोड़ रुपये दें तो वे भी कोई मायना नहीं रखते हैं इस प्रसाद के आगे । करोड़ रुपये देंगे तो ये शरीर की सुविधा बढ़ा देंगे और भोगी बन जायेंगे । और भोगी आखिर नरकों में जाते हैं । लेकिन यह ज्ञान दे रहे हैं तो ये ज्ञानयोगी बन जायेंगे और ज्ञानयोगी जहाँ जाता है वहाँ नरक भी स्वर्ग हो जाता है ।

श्वास स्वाभाविक चल रहा है, उसमें ज्ञान का योग कर दो - 'सोऽ... हम्...' । बुद्धि की अनुकूलता में जो आनंद आता है वह मेरा है । आपका आनंद कहाँ रहता है ? खोजो ! यह जान लो और आनंद लूटो, जान लो और मुक्ति का माधुर्य लो, जान लो और बन जाओ हर परिस्थिति के बाप, अपने-आप ! स्वर्ग भी नन्हा, नरक भी प्रभावहीन... सोऽहंस्वरूप... भगवान ब्रह्मा, विष्णु, महेश जिस माधुर्य में रहते हैं उसके द्वार पहुँचा देता है यह ।

'ऋषि प्रसाद'वालों को क्या देना ? जो समाज और संत के बीच सेतु बने हैं उनको क्या बाहर की खुशामद, वाहवाही, शाबाशी दें ? यह तो उनका अपमान है, उनसे ठगाई है । ये तो नेता लोग दे सकते हैं : 'भई, इन्होंने यह सेवा की, बेचारों ने यह किया... यह किया... ।'

ऋषि प्रसाद के लाखों सदस्य हैं और लाखों लोगों को ऋषि प्रसाद हाथों-हाथ मिलती है यह सब यश ऋषि प्रसाद के सदस्य बनानेवालों व उसे बाँटनेवालों के भाग्य में जाता है किंतु इससे तो उनका कर्तापन मजबूत बनेगा कि 'हमने सेवा की है, हमने ऋषि प्रसाद बाँटी है । हम बाँटनेवाले हैं, हम सेवा करनेवाले हैं...' उसका तो जरा-सा पुण्य भोगेंगे - वाहवाही भोग के बस खत्म ! **सेवा का फल वाहवाही, भोग नहीं चाहिए । सेवा का फल चीज-वस्तु नहीं, सेवा का फल कुछ नहीं चाहिए ।** तो तुच्छ अहं का जो कचरा पड़ा है वह ऐसी निष्काम सेवा से हटता जायेगा और अपना-आप जो पहले था, अभी है और जिसको काल-का-काल भी मार नहीं सकता वह अमर फल, आत्मफल प्रकट हो जायेगा; अपने-आपमें तृप्ति, अपने-आपमें संतुष्टि मिल जायेगी । ❑

(पृष्ठ ११ से 'जीवन को प्रेमाभक्ति...' का शेष)
का अवसर चूकना नहीं चाहिए । मैंने किया था ४० दिन का अनुष्ठान, शायद वह चतुर्मास ही होगा जहाँ तक मुझे याद है । और उन ४० दिनों में मुझे जो शक्तियाँ मिलीं, जो खजाना मिला उसे बाँटते-बाँटते ५० साल हो गये किंतु अब भी उसमें कोई कमी नहीं लग रही है । ❑

विद्यार्थी संस्कार

...तो तेरा जीवन-रथ ठीक चलेगा - पूज्य बापूजी

एक नया-नया चेला शास्त्र पढ़ रहा था, गुरु लेटे-लेटे सुन रहे थे। गुरु गुरु थे (ब्रह्मवेत्ता सद्गुरु थे)।

तन तस्बीह मन मणियों, दिल दंबूरो जिन
से सुता ई सूंहनि, निंड इबादत जिन जी.
तंदूं जे तलब जूं, से वहदत सुर वजनि

जिनका तन माला हो गया, मन मनका हो गया और जिनका हृदय वीणा का तार बन गया, ऐसे पुरुष बैठे हैं तो क्या, लेटे हैं तो क्या, उनकी तलब (चाहत) के तार ईश्वरीय आलाप आलापते हैं। ऐसे पुरुषों के दर्शनमात्र से हमारे पाप-ताप कटते हैं, हृदय पवित्र होता है। धंधा-नौकरी तो जिंदगीभर होता रहता है, असली धंधा तो ऐसे सद्गुरुओं के साथ कभी-कभी होता है।



तो चेला पढ़ रहा था और घड़ी भी देख रहा था कि 'अब महाराज मौन हों तो हम जायें। महाराज कहें कि 'भई ! बंद करो' तो हम खिसक जायें।'

गुरु लेटे थे लेकिन गुरु का हृदय तो वही गुरु (अंतर्यामी, सर्वसाक्षी) था। चेला ने पढ़ने में जल्दबाजी की तो गुरु ने कहा : ''देख बेटा ! एक शब्द छूट गया है।''

''गुरुजी ! कौन-सा शब्द छूट गया है ?''

''जो तू है वही शब्द छूट गया है।''

''गुरुजी ! समझ में नहीं आया।''

''पन्ना फिर उलटा दे। फिर से पढ़, जो तू है वह शब्द छूट गया।''

उसने पढ़ा तो देखा कि 'उल्लू' शब्द छूट गया था।

गुरु बोले : ''तू उल्लू है ! जैसे उल्लू को सूरज नहीं दिखता है ऐसे ही तेरे को अपना कल्याण नहीं दिखता है। सत्संग में कितना कल्याण होता है, संत के वचन सुनने से, हरि के लिए कुछ समय निकालने से कितना कल्याण होता है वह तू नहीं जानता। पेट के लिए तो सारी जिंदगी निकाली और दो घड़ी तू हरि के लिए नहीं निकालेगा तो तेरा और तेरे कुल में आनेवालों का क्या होगा !''

''गुरुदेव ! माफ कीजिये !''

''मैं तो बेटा माफ करूँ पर तू अपने को माफ कर, अपना दुश्मन मत बन। चौसर और ताश खेलने में समय गँवाता है, फिल्म देखने और गपशप लगाने में समय गँवाता है और जब से शादी हुई तब से रात को चमड़ा चाटने में कितने घंटे चले गये उसके लिए तो कभी घड़ी नहीं देखी और अभी सत्संग में तेरी इक्कीस पीढ़ियाँ तर रही हैं तो तू घड़ी देख रहा है ! तो फिर तू उल्लू नहीं तो और क्या है ?''

मनुष्य था, आखिर संत के दर्शन का पुण्य था, उसने कहा : ''गुरुजी ! माफ कीजिये, ऐसी गलती दोबारा नहीं करूँगा।''

→

...तो बात खुदा से होती है

जो बात दवा भी न कर सके
वह बात दुआ से होती है ।
जब कामिल मुर्शिद★ मिलते हैं
तो बात खुदा से होती है ॥

★ पूर्ण गुरु अर्थात् ब्रह्मवेत्ता सद्गुरु

उन्नतिकारक कुंजी

- पूज्य बापूजी

बचपन में जिनको संयम का, विवेक-वैराग्य का रास्ता मिल जाता है और जिनका कल्पनाओं का जत्था कम होता है, उनको सद्गुरु मिलने पर जल्दी ब्रह्मज्ञान हो जाता है ।

...तो हर बच्चा महान बन सकता है

- पूज्य बापूजी

सद्गुरु का सत्संग छोटे-से-छोटे व्यक्ति को भी महान बना देता है । सद्गुरु माने वे महापुरुष जो ऊँचे-से-ऊँचे परमात्मा के साथ मन जोड़कर सत्संग करते हैं । वे जैसा ध्यान करना सिखाते हैं वैसा ध्यान करने लग जाय और फिर उनके बताये ढंग से पढ़ाई व खान-पान करे तो हर बच्चा महान बन सकता है । जैसे हर बीज वृक्ष बन सकता है, हर छोटा पौधा पेड़ बन सकता है, ऐसे ही हर बालक महान बन सकता है, उसमें परमात्मा की शक्ति का छुपा हुआ पुंज है । ❐

⟶ ''नहीं कैसे करेगा ? वह तो करेगी राँड़ ।''

''गुरुजी ! वह कौन ?''

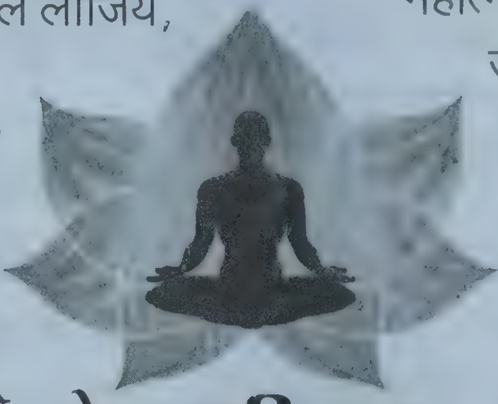
''तेरी बुद्धिरूपी राँड़ । तू मन के पीछे-पीछे चलेगा तो तेरी बुद्धि भी मन के पीछे चलेगी । ऐसे काम नहीं होगा, बुद्धि के पीछे मन चले । बुद्धि की आज्ञा में मन चले और मन की आज्ञा में इन्द्रियाँ चलें तो तेरा रथ ठीक चलेगा । अगर इन्द्रियों के पीछे मन चला और मन के पीछे बुद्धि गयी तो खड्डे में गिरायेगी ।

बुद्धि को बलवान बनाने के लिए प्रतिदिन सुबह नींद में से उठते ही ५-७ मिनट अपनी बुद्धि को बुद्धिदाता परमेश्वर में शांत कर दो । 'मैं परमेश्वर का हूँ, वे मेरे हैं । मैं परमेश्वर की जाति का हूँ, मेरा उनके साथ नित्य संबंध है । मुझे उनसे कुछ नश्वर नहीं चाहिए । मैं उनसे उन्हींकी कृपा चाहता हूँ । ॐ शांति...' इस प्रकार परमात्म-विश्रांति में डूब जाओ । फिर भ्रूमध्य (दोनों भौंहों के बीच) में ध्यान करो । श्वासोच्छ्वास की मानसिक रूप से भगवन्नाम-जपसहित गिनती (श्वास अंदर जाय तो 'ॐ', बाहर आये तो '१', श्वास अंदर जाय तो 'शांति' या 'आनंद' अथवा 'माधुर्य', बाहर आये तो '२'... इस प्रकार की गिनती) करते हुए शांत होते जाओ । फिर 'आज क्या-क्या करना है, घर में बीमारी या समस्याएँ किस कारण हैं, हमारे पुण्य कैसे बढ़ें, हमारे हृदय में शांति कैसे रहे और जीवन की शाम हो जाय उसके पहले जीवनदाता से कैसे मुलाकात हो ?' ऐसा २ मिनट सोचो और फिर भगवान को प्रेम करो, प्रार्थना करो और हँसकर उठो । प्रभात सँवार ली तो दिन सुधर जायेगा ।''

गुरु की इस सुंदर सीख को समझकर नया नवेला चेला सावधान हो गया और सत्संग और विवेक रूपी दो निर्मल नेत्रों का आश्रय ले के ज्ञानदृष्टि से परिपक्व होने के रास्ते चल पड़ा ।

अविश्वास की सजा !

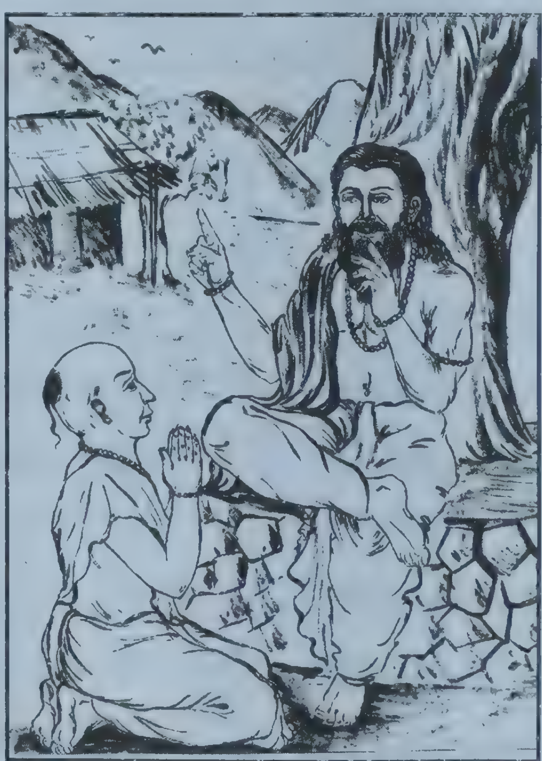
- पूज्य बापूजी



तेजस्वी युवा

एक जिज्ञासु भक्त किन्हीं महात्मा के पास गया और बोला : ''बाबा ! मैं पापी हूँ, कामी हूँ, क्रोधी हूँ, लोभी हूँ, मोही हूँ, संसारी हूँ, फँसा हूँ। महाराज ! मुझे इस दलदल से निकाल लीजिये, मुक्ति का मार्ग दिखाइये ।''

महाराज ने कहा : ''ये मान्यताएँ छोड़ दे ! 'मैं कामी हूँ, मैं क्रोधी हूँ, मैं पापी हूँ, मैं यह हूँ...' इन मान्यताओं के साथ जुड़ मत। तू तो '**तत्त्वमसि**' - **तत्** माने 'वह (परमात्मा)', **त्वम्** माने 'तू (आत्मा)', **असि** माने 'है'। मान्यताओं से संबंध-विच्छेद कर दे तो तू वही है।''



उसको यह बात जँची नहीं। उसने हाथ जोड़े : ''बाबा ! अच्छा, राम-राम।'' और चल दिया।

दूसरे किन्हीं महात्मा के पास पहुँचा और बोला : ''महाराज ! देखो तो सही, बड़े ब्रह्मज्ञानी बन गये आजकल ! मैंने एक महात्मा से कहा कि ''मैं संसारी हूँ, मुझे मुक्ति का मार्ग दिखाइये ।'' तो बोले : ''**तत्त्वमसि** - तू वही है।''

दूसरेवाले महात्मा जानते थे कि पहलेवाले महात्मा ने करुणा-कृपा करके आखिरी बात बता दी पर यह अभी अनधिकारी है। महात्मा बोले : ''वे तो ऐसे ही हैं। ब्रह्मज्ञान छाँटते रहते हैं ! तुम ऐसा करो कि १२ साल कर्मकांड करो, गायों को चराओ, चारा डालो, उनके गोबर के कंडे बनाओ, धूप-दीप करो । फिर १२ साल भंडारी (रसोई का व्यवस्थापक) को सहाय-सहकार दो । फिर १२ साल आश्रम की मुख्य सेवा सँभालो ।''

ऐसा करते-करते ३६ वर्ष हो गये।

एक दिन वह महात्मा को बोला : ''बाबा ! आपकी सारी बातें मानीं, अब तो मेरे को परमात्मा का दर्शन कराओ ।''

महात्मा बोले : ''परमात्मा को खोजनेवाला जो है, जहाँ से (जिस सत्ता से) परमात्मा की खोज होती है वही (परमात्म-सत्ता) तू है - **तत्त्वमसि** ।''

बोला : ''महाराज ! यह तो ३६ साल पहले ही सुना था - **तत्त्वमसि** ।''

महात्मा बोले : ''मूर्ख ! तूने सुना तो था लेकिन महापुरुष के शब्दों पर विश्वास नहीं किया, उसीकी सजा है कि ३६ साल झख मारा। अब विचार करने पर तेरे को समझ में आयेगा !''

जिसका अंतःकरण अत्यंत शुद्ध है वह तो श्रवणमात्र से ज्ञान पा सकता है। जिसके कुछ कल्मष शेष हैं वह पहले ध्यान, जप आदि करके अंतःकरण को शुद्ध करे और वेदांत के सत्संग का यत्नपूर्वक श्रवण, मनन एवं निदिध्यासन करे, तब उसे बोध होगा। जो उससे भी ज्यादा बहिर्मुख है उसका मन तो ध्यान, जप आदि में भी शीघ्र नहीं लगेगा । अतः वह पहले निष्काम सेवा के द्वारा अंतःकरण को शुद्ध करे । ज्यों-ज्यों अंतःकरण शुद्ध होता जायेगा, त्यों-त्यों ध्यान, जप में मन लगता जायेगा। फिर वह सत्शास्त्र एवं सद्गुरु के वचनों का श्रवण करे, मनन एवं निदिध्यासन करे तो ज्ञान को पा लेगा। ❒

राग की वृत्ति बाँधती है, द्वेष की वृत्ति जलाती है लेकिन भगवद्-वृत्ति भगवन्मय बना देती है।

संत की युक्ति से भगवदाकार वृत्ति व पति की सद्गति

– पूज्य बापूजी

एक महिला संत के पास गयी और बोली : ''बाबाजी ! मेरे पति मर गये। मैं उनके बिना जी नहीं सकती। मैं जरा-सी आँख बंद करती हूँ तो मुझे वे दिखते हैं। मेरे तन में, मन में, जीवन में वे छा गये हैं। अब मेरे को कुछ अच्छा नहीं लगता। मेरे पति का कल्याण हो ऐसा भी करो और मेरे को भी कुछ मिल जाय कल्याण का मार्ग। लेकिन मेरे पति का ध्यान मत छुड़ाना।''



संत : ''नहीं छुड़ाऊँगा बेटी ! तेरा पति तुझे दिखता है तो भावना कर कि पति भगवान की तरफ जा रहे हैं। ऐसा रोज अभ्यास कर।''

माई २-५ दिन अभ्यास हुआ। करके संत के पास गयी तो उन्होंने पूछा : ''अब क्या लगता है बेटी ?''

''हाँ बाबाजी ! भगवान की तरफ मेरे पति सचमुच जाते हैं ऐसा लगता है।''

संत ने फिर कहा : ''बेटी ! अब ऐसी भावना करना कि 'भगवान अपनी बाहें पसार रहे हैं। अब फिर तेरे पति उनके चरणों में जाते हैं प्रणाम के लिए।' प्रणाम करते-करते तेरे पति एक दिन भगवान में समा जायेंगे।''

''अच्छा बाबाजी ! उनको भगवान मिल जायेंगे ?''

''हाँ, मिल जायेंगे।''

माई भावना करने लगी कि 'पति भगवान की तरफ जा रहे हैं। हाँ, हाँ ! जा रहे हैं... भगवान को यह मिले... मिले... मिले... मिले !' और थोड़े ही दिन में उसकी कल्पना साकार हुई।

पति की आकृति जो प्रेत हो के भटकनेवाली थी वह भगवान में मिलकर अदृश्य हो गयी और उस माई के चित्त में भगवदाकार वृत्ति बन गयी।

गुरुजन जगाते हैं उठो जीव जागो

कृपा है तभी ऐसा अवसर मिलेगा।
जो अब कर न पाये तो कब कर मिलेगा॥
गुरुजन जगाते हैं उठो जीव जागो।
भोग-भूमि महादुःखद चलो शीघ्र भागो।
राग, द्वेष, लोभ, मोह सभी दोष त्यागो।
देते रहो जो भी बने किसीसे न माँगो।
समय निकल जाने पर फिर न कर मिलेगा॥
जगत में सभीको काल खा रहा है।
कुछ गोद, कुछ मुख मध्य जा रहा है।
कौन है जो काल से बच पा रहा है।
ध्यान रहे तुम्हारा भी समय आ रहा है।
शरणागत भक्त को अभय वर मिलेगा॥
जहाँ तक शक्ति पर-उपकार करना।
दया, प्रेम, भाव से सबको प्यार करना।
असत् से विमुख हो सद्विचार करना।
महापुरुषार्थ पंचकोष पार करना।
तभी तुम्हें क्षर[1] के परे अक्षर[2] मिलेगा॥
तुम्हीं बुद्धियोगी[3] बनो नित्य गुरुज्ञान लो।
अपना नहीं है कुछ जग में ये जान लो।
एक परमात्मा को सर्वस्व मान लो।
गुरुज्ञान द्वारा निजरूप पहचान लो।
पथिक भवसिंधु से तभी तूर मिलेगा॥

– संत पथिकजी

१. नाशवान संसार २. अविनाशी परमात्मा ३. आत्मनिष्ठ

आरती में कपूर का उपयोग क्यों ?

सनातन संस्कृति में पुरातन काल से आरती में कपूर★ जलाने की परम्परा है । आरती के बाद आरती के ऊपर हाथ घुमाकर अपनी आँखों पर लगाते हैं, जिससे दृष्टि-इन्द्रिय सक्रिय हो जाती है । पूज्य बापूजी के सत्संग-वचनामृत में आता है : ''आरती करते हैं तो कपूर जलाते हैं। कपूर वातावरण को शुद्ध करता है, पवित्र वातावरण की आभा (aura) पैदा करता है । घर में देव-दोष है, पितृ-दोष है, वास्तु-दोष है, भूत-पिशाच का दोष है या किसीको बुरे सपने आते हैं तो कपूर की ऊर्जा उन दोषों को नष्ट कर देती है ।



बोलते हैं कि संध्या होती है तो दैत्य-राक्षस हमला करते हैं इसलिए शंख, घंट बजाना चाहिए, कपूर जलाना चाहिए, आरती-पूजा करनी चाहिए अर्थात् संध्या के समय और सुबह के समय वातावरण में विशिष्ट एवं विभिन्न प्रकार के जीवाणु होते हैं जो श्वासोच्छ्वास के द्वारा हमारे शरीर में प्रवेश करके हमारी जीवनरक्षक कोशिकाओं से लड़ते हैं । तो देव-असुर संग्राम होता है; देव माने सात्त्विक कण और असुर माने तामसी कण । कपूर की सुगंधि से हानिकारक जीवाणु (bacteria) एवं विषाणु (virus) रूपी राक्षस भाग जाते हैं ।

वातावरण में जो अशुद्ध आभा है उससे तामसी अथवा निगुरे लोग जरा-जरा बात में खिन्न होते हैं, पीड़ित होते हैं लेकिन कपूर और आरती का उपयोग करनेवालों के घरों में ऐसे कीटाणुओं का, ऐसी हलकी आभा का प्रभाव नहीं टिक सकता है ।

अतः घर में कभी-कभी कपूर जलाना चाहिए, गूगल का धूप करना चाहिए । कभी-कभी कपूर की १-२ छोटी-छोटी गोली मसल के घर में छिटक देनी चाहिए । उसकी हवा से ऋणायन बनते हैं, जो हितकारी हैं । वर्तमान के माहौल में घर में दीया जलाना अथवा कपूर की कभी-कभी आरती कर लेना अच्छा है ।

अकाल मृत्यु से रक्षा हेतु

भगवान नारायण देवउठी (प्रबोधिनी) एकादशी को योगनिद्रा से उठते हैं । उस दिन कपूर से आरती करनेवाले को अकाल मृत्यु से सुरक्षित होने का अवसर मिलता है ।''

कपूर का वैज्ञानिक महत्त्व

कई शोधों के बाद विज्ञान ने कपूर की महत्ता को स्वीकारा है । कपूर अपने आसपास की हवा को शुद्ध करता है, साथ ही शरीर को हानि पहुँचानेवाले संक्रामक जीवाणुओं को दूर रखने में मददगार होता है । इसकी भाप या सुगंध सर्दी-खाँसी से राहत देती है तथा मिर्गी, दिमागी झटके एवं स्थायी चिंता या घबराहट को कम करती है । कपूर की भाप या इसके तेल की उग्र सुगंध से नासिका के द्वार खुल जाते हैं । यह सुगंध श्वसन-मार्ग, स्वर-तंत्र, ग्रसनी, नासिका-मार्ग तथा फुफ्फुस-मार्ग हेतु तुरंत अवरोध-निवारक का काम करती है । इसीलिए कपूर का उपयोग सर्दी-खाँसी की कई दवाओं (बाम आदि) में किया जाता है । कपूर-भाप की सुगंध बलगमयुक्त गले की सफाई करके श्वसन-संस्थान के मार्ग खुले करने में मदद करती है । कपूर मसलकर शरीर पर लगाने से यह रक्त प्रवाह बढ़ाता है । ❐



★ यह आश्रम में व समितियों के सेवाकेन्द्रों से प्राप्त हो सकता है ।

देहत्रय-साक्षी विवेक

(इस लेख-शृंखला में अंक ३४१ में आपने 'सूक्ष्म शरीर का विवेक' के अंतर्गत सूक्ष्म शरीर के धर्म के बारे में पढ़ा। अब आगे...)

तत्त्व दर्शन

सूक्ष्म शरीर का स्थान

साक्षी में कर्तृत्व, भोक्तृत्व, परिच्छिन्नत्व (सीमितता) और संसारित्व औपाधिक[1] हैं, स्वरूपगत नहीं। कर्मेन्द्रियों की उपाधि से कर्तापन है, ज्ञानेन्द्रियों की उपाधि से ज्ञातापन है, मन की उपाधि से भोक्तापन है, सूक्ष्म शरीर की उपाधि से संसारित्व है और स्थूल-सूक्ष्म देह के अधिष्ठान एवं साक्षी के एकत्व के अज्ञान से परिच्छिन्नत्व है। साक्षी स्वरूप से नित्य मुक्त है।

यह सूक्ष्म शरीर सम्पूर्ण स्थूल देह में व्यापक है - यह वेदांत-शास्त्र की प्रक्रिया है। अतः जीवात्मा अपने सूक्ष्म शरीर की आकृति स्थूल देह जैसी ही मानता है। मरने के बाद वह इसी सूक्ष्म शरीर से पूर्व के स्थूल शरीर के द्वारा किये गये पाप-पुण्यों का फल भोगता है। तदनंतर कर्मवशात् जिस स्थूल योनि को प्राप्त करता है उसी आकृति को तादात्म्य से प्राप्त हो जाता है।

सूक्ष्म शरीर का उपलब्धि-स्थान स्वप्नावस्था है। उस समय स्थूल शरीर तो शय्या पर पड़ा रहता है और जीवात्मा केवल इसी सूक्ष्म शरीर के आधार पर सम्पूर्ण जाग्रत-सृष्टि जैसी स्वप्न-सृष्टि रच लेता है। उस समय इसके भोग भी स्वाप्निक ही (सूक्ष्म) होते हैं। जाग्रत-अवस्था का जो अभिमानी 'विश्व' था वह भी वहाँ नहीं रहता। स्वप्न के अभिमानी का नाम 'तैजस' है और स्वप्न में सब कुछ ज्ञानात्मक होने से उस समय उसकी शक्ति सत्त्वगुण है। आत्मा इस तैजस से विलक्षण है। किंतु जाग्रत-अवस्था का जो साक्षी है वही स्वप्नावस्था का साक्षी है। **साक्षी दो नहीं हो सकते।**

कर्तृत्व-भोक्तृत्व-ज्ञातृत्व की चिकित्सा

अब आप विचार कीजिये कि क्या आप कुछ कर रहे हैं ? क्या कुछ भोग रहे हैं ? क्या कुछ जान रहे हैं ? क्या कुछ अभिमान कर रहे हैं ? नहीं। सभी कुछ अपने-आप ही तो हो रहा है ! गुण गुणों में बरत रहे हैं, प्रकृति के गुण ही सब कर रहे हैं, अधिदैव अपने अध्यात्म को अधिभूत में[2] प्रेरित कर रहे हैं, साँस चल रही है, भूख लग रही है, भोजन पच रहा है, शरीर का पोषण हो रहा है, जाग्रत, स्वप्न, सुषुप्ति आदि अवस्थाएँ शरीर में आ रही हैं, सुख-दुःख के अभिमान आपके अहं में जाग-सो रहे हैं इत्यादि। **जो भी देहों में हो रहा है उसको आप तो बस देखिये, देखते रहिये क्योंकि आप साक्षी हैं। साक्षी का काम तटस्थता से प्रकाशित करना मात्र होता है; वह किसी घटना में भागीदार नहीं होता।** (क्रमशः) ❒

१. कर्तृत्व-भोक्तृत्व कहीं भी सिद्ध नहीं होते - न जड़ में और न चेतन में। ये दोनों के आध्यासिक स्वरूप (मिथ्या ज्ञान) में ही हैं। उदाहरण - रस्सी में भ्रम से मालूम पड़नेवाले साँप का क्रुद्ध होना, फुफकारना और डसने को आतुर होना आदि कर्तृत्व तथा चूहा खाकर तृप्त होना रूप भोक्तृत्व दोनों देखनेवाले के अज्ञान की उपाधि से ही हैं, वस्तुतः साँप ही नहीं है। जैसे स्वप्न से जगते ही स्वप्न की उपाधि झूठी (मिथ्या) सिद्ध हो जाती है और स्वप्न के समय सच्चे प्रतीत होनेवाले कर्तृत्व-भोक्तृत्व स्वप्न टूटते ही ज्ञान की एक झाँकी मात्र शेष रहते हैं, वैसे ही ज्ञान होने पर अध्यास निवृत्त हो जाता है और उपाधि मिथ्या अनुभव हो जाती है। उस समय प्रातीतिक कर्तृत्व-भोक्तृत्व चित्-विलास मात्र हो जाते हैं।

२. अधिभूत यानी विषय, अध्यात्म यानी इन्द्रियाँ, अधिदैव अर्थात् इन्द्रियों के अधिष्ठाता देव। जैसे रूप अधिभूत है, आँख अध्यात्म है और सूर्य भगवान अधिदैव हैं।

...इसीका नाम मोक्ष है

हिमालय की तराई में एक ब्रह्मनिष्ठ संत रहते थे । वहाँ का एक पहाड़ी राजा जो धर्मात्मा, नीतिवान और मुमुक्षु था, उनका शिष्य हो गया और संत के पास आकर उनसे वेदांत-श्रवण किया करता था । एक बार उसके मन में एक शंका उत्पन्न हुई । उसने संत से कहा : ''गुरुदेव ! माया अनादि है तो उसका नाश होना किस प्रकार सम्भावित है ? और माया का नाश न होगा तो जीव का मोक्ष किस प्रकार होगा ?''

संत ने कहा : ''तेरा प्रश्न गम्भीर है ।'' राजा अपने प्रश्न का उत्तर पाने को उत्सुक था ।



वहाँ के पहाड़ में एक बहुत पुरानी, कुदरती बड़ी गुफा थी। उसके समीप एक मंदिर था। पहाड़ी लोग उस मंदिर में पूजा और मनौती आदि किया करते थे । पत्थर की चट्टानों से स्वाभाविक ही बने होने से वह स्थान विकट और अंधकारमय था एवं अत्यंत भयंकर मालूम पड़ता था।

संत ने मजदूर लगवाकर उस गुफा को सुरंग लगवा के खुदवाना आरम्भ किया । जब चट्टानों का आवरण हट गया तब सूर्य का प्रकाश स्वाभाविक रीति से उस स्थान में पहुँचने लगा ।

संत ने राजा को कहा : ''बता, यह गुफा कब की थी ?''

राजा : ''गुरुदेव ! बहुत प्राचीन थी, लोग इसको 'अनादि गुफा' कहा करते थे ।''

''तू इसको अनादि मानता था या नहीं ?''

''हाँ, अनादि थी ।''

''अब रही या न रही ?''

''अब नहीं रही ।''

''क्यों ?''

''जिन चट्टानों से वह घिरी थी उनके टूट जाने से गुफा न रही ।''

''गुफा का अंधकार भी तो अनादि था, वह क्यों न रहा ?''

राजा : ''आड़ निकल जाने से सूर्य का प्रकाश जाने लगा और इससे अंधकार भी न रहा ।''

संत : ''तब तेरे प्रश्न का ठीक उत्तर मिल गया । माया अनादि है अंधकारस्वरूप है किंतु जिस आवरण से अँधेरेवाली है उस आवरण के टूट जाने से वह नहीं रहती ।

जिस प्रकार अनादि कल्पित अँधेरा कुदरती गुफा में था उसी प्रकार कल्पित अज्ञान जीव में है । जीवभाव अनादि होते हुए भी अज्ञान से है । अज्ञान आवरण रूप में है इसलिए अलुप्त परमात्मा का प्रकाश होते हुए भी उसमें नहीं पहुँचता है ।''

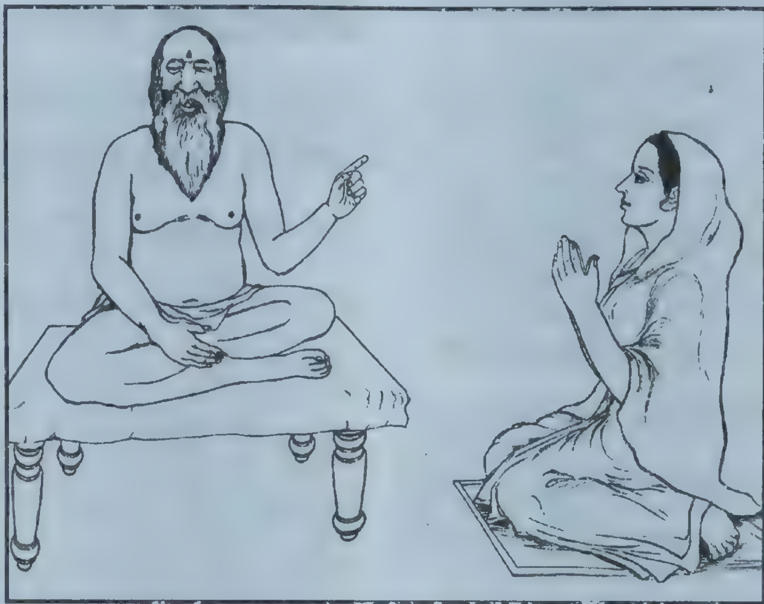
जब राजा गुरु-उपदेश द्वारा उस अज्ञानरूपी आवरण को हटाने को तैयार हुआ और उसने अपने माने हुए भ्रांतिरूप बंधन को खो के वैराग्य धारण कर अज्ञान को मूलसहित नष्ट कर दिया तब ज्ञानस्वरूप का प्रकाश यथार्थ रीति से होने लगा, यही गुफारूपी जीवभाव का मोक्ष हुआ ।

माया अनादि होने पर भी कल्पित है इसलिए कल्पित भ्रांति का बाध (मिथ्यापन का निश्चय) होने से अज्ञान नहीं रह सकता और जब अज्ञान नहीं रहता तब अनादि अज्ञान में फँसे हुए →

मृतक की सच्ची सेवा

एक माताजी ने स्वामी शरणानंदजी को बहुत दुःखी होकर कहा : ''महाराजजी ! कुछ ही समय पहले मेरे पति का अचानक देहावसान हो गया है। ऐसा क्यों हुआ ? अब मैं क्या करूँ ?''

शरणानंदजी ने उन्हें जीवन का रहस्य बताया कि ''हिन्दू धर्म के अनुसार स्थूल शरीर के न रहने पर भी सूक्ष्म तथा कारण शरीर उस समय तक रहता है जब तक कि प्राणी देहाभिमान का अंत कर समस्त वासनाओं से पूर्णतया मुक्त न हो जाय। ऐसी दशा में मृतक प्राणी के प्रति जो कर्तव्य है, उस पर ध्यान देना चाहिए।



स्वधर्मनिष्ठ पत्नी अपने पति की आत्मशांति के लिए बहुत कुछ कर सकती है। **वैधव्य धर्म सती धर्म से भी अधिक महत्त्वपूर्ण है।** सती तो अपने शरीर को भौतिक अग्नि में दग्ध करती है और फिर पतिलोक को प्राप्त करती है किंतु विधवा (ब्रह्मवेत्ता संत-महापुरुष के सत्संग-अनुसार जीवन-यापन कर) अपने सूक्ष्म तथा कारण शरीर दोनों को ज्ञानाग्नि में दग्ध करके जीवन में ही मृत्यु का अनुभव कर सकती है, स्वयं जीवन्मुक्त होकर पति की आत्मा को भी मुक्त कर सकती है।

देखो माँ ! पत्नी पति की अर्धांगिनी है। अतः पत्नी की साधना से पति का कल्याण हो सकता है। इस समय आपका हृदय घोर दुःखी है परंतु हमें दुःख से भी कुछ सीखना है। दुःख को व्यर्थ जाने देना या उससे भयभीत हो जाना भूल है। दुःख हमें त्याग का पाठ पढ़ाने आता है। अतः जब-जब पतिदेव के वियोग की वेदना उत्पन्न हो तब-तब उनकी आत्मा की शांति के लिए सर्वसमर्थ प्रभु से प्रार्थना करो। मृतक प्राणी का चिंतन करने से उसे विशेष कष्ट होता है, कारण कि सूक्ष्म शरीर कुछ काल तक उसी वायुमंडल में विचरता है जहाँ-जहाँ उसका संबंध होता है। जब-जब वह अपने प्रियजनों को दुःखी देखता है तब-तब उसे बहुत अधिक दुःख होता है। अतः आपका धर्म है कि आप उन्हें दुःखी न करें। उनके कल्याणार्थ साधन अवश्य करें पर मोहजनित चिंतन न करें।'' ❒

→ जीवभाव का मोक्ष हो जाता है। अनादि कल्पित अज्ञान का छूट जाना और अपने वास्तविक स्वरूप - आत्मस्वरूप में स्थित होना इसीका नाम मोक्ष है। चेतन, चिदाभास और अविद्या इन तीनों के मिश्रण का नाम जीव है। तीनों में चिदाभास और अविद्या कल्पित, मिथ्या हैं; इन दोनों (चिदाभास और अविद्या) का बाध होकर मुख्य अद्वितीय निर्विशेष शुद्ध चेतन मात्र रहना मोक्ष है। ❒

किसके लिए सदा कल्याण है ?

विपत्तिष्वव्यथो दक्षो नित्यमुत्थानवान् नरः ।
अप्रमत्तो विनीतात्मा नित्यं भद्राणि पश्यति ॥

'जो विपत्ति में व्यथित नहीं होता, सदा उद्योगशील बना रहता है, जिसमें प्रमाद का अभाव है तथा जिसके हृदय में विनयरूप सद्गुण है, वह चतुर मनुष्य सदा कल्याण ही देखता है।'

(महाभारत, सभा पर्व : ५४.८)

संतों की हितभरी अनुभव-वाणी

मन किसको बेचें ?



– गुरु नानकदेवजी

अपना मन सद्गुरु के हाथ बेच देना चाहिए और साथ ही सिर भी उनके हाथ सौंप देना चाहिए अर्थात् अहंकार का त्याग करना चाहिए। गुरुमुख अपना घर ढूँढ़कर आप अपनी वास्तविक वस्तु (स्वस्वरूप) पहचान लेता है।

अब मुझे अपने से दूर न करें



– संत एकनाथजी

हे सद्गुरुदेव ! मैं आपके चरणों के अलावा और किसकी शरण जाऊँ ? शरीर, वाणी और मन से आपकी ही शरण आया हूँ। आपने मेरा भवताप दूर करके त्रिविध ताप से उत्पन्न हुए संताप को भी नष्ट कर दिया। मैं हृदय से जनार्दन स्वामी (सद्गुरु) की शरण आया हूँ। अब वे मुझे वापस न लौटायें।

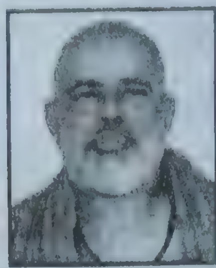
सतगुरु शब्द सुन जागा



– संत मीराबाई

कोई कछू कहे मन लागा ॥
ऐसी प्रीत लगी मनमोहन, ज्यूँ सोने में सुहागा ॥
जनम जनम का सोया मनुआ,
सतगुरु शब्द सुन जागा[1] ॥
मात पिता सुत कुटुम्ब कबीला,
टूट गया ज्यूँ तागा ॥
मीरा के प्रभु गिरधर नागर, भाग[2] हमारा जागा ॥

'गुरु' गोविंद से भी बड़े हैं



– श्री उड़िया बाबाजी

गुरुदेव के सत्संग और उनके वाक्य पर पूर्ण विश्वास होने से भगवान से प्रेम और विषयों से वैराग्य होता है। फिर हृदय में निर्मलता बढ़ती जाती है। धीरे-धीरे हृदयरूपी जलाशय के स्थिर होने से आनंद की झलक पड़ने लगती है, फिर प्यारे से मिलन होने लगता है। उन्हें कहीं अन्यत्र खोजने की आवश्यकता नहीं है, वे तो अपने भीतर ही छिपे बैठे हैं। गुरुदेव उनको दिखा देते हैं इसलिए तो गुरुदेव गोविंद से भी बड़े हैं क्योंकि गोविंद अपने को छिपाते हैं और गुरु उनको प्रकट कर देते हैं।

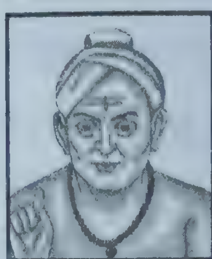
राम न जान्यो जाय



– संत पीपाजी

स्वारथ के सब ही सगा,
जिनसों विपद न जाय।
पीपा गुरु-उपदेश बिनु,
राम[3] न जान्यो जाय ॥

सतगुरु दियो बताइ



– संत मलूकदासजी

सर्व व्यापक आत्मा,
सतगुरु दियो बताइ।
अब क्यों पाती[4] तोरि[5] कै,
प्रतिमा पूजीं जाइ ॥

१. सद्गुरु के ब्रह्मज्ञान से ओतप्रोत अमृतवचन सुनकर अपने स्वरूप में जग गया २. भाग्य ३. रोम-रोम में रमनेवाले सर्वव्यापी राम ४. पत्ता ५. तोड़

आशारामजी बापू के साथ अन्याय कब तक ? - संत-समाज

आप कहते हैं...



निर्मल पीठाधीश्वर श्री महंत स्वामी ज्ञानदेव सिंहजी, अध्यक्ष, श्री पंचायती अखाड़ा निर्मल : जहाँ-जहाँ आदिवासी त्रों में ईसाई मिशनरियाँ धर्मांतरण का अधिक ाम कर रही थीं वहाँ-वहाँ ापूजी ने गुरुकुल, समितियाँ ादि स्थापित किये और रीबों को अन्न, वस्त्र आदि ीवनोपयोगी सामग्री तथा उनके बच्चों को शिक्षा ादि हेतु सब प्रकार की सुविधाएँ दीं। िशनरियों ने देखा कि बापू हमारी कार्य करने की ति को रोक रहे हैं तो उन्होंने उनको दबाने के लिए बहुत बड़ा षड्यंत्र खड़ा किया।

बापूजी से हम कई बार मिले हैं। उनकी हुत अच्छी विचारधारा थी, है और रहेगी। यह तो उनको झूठा ही बदनाम कर दिया गया है।



स्वामी शंकरदेवजी, निर्मल अखाड़ा : आशारामजी बापू बहुत अच्छे संत हैं। उन्होंने हमारी संस्कृति को बचाने के अनेक उपाय किये हैं तथा संस्कृति का प्रचार किया है। उन्होंने गौशालाएँ खुलवायीं जिनमें ९ हजार गायों की सेवा हो रही है, यह साधारण तो नहीं है ! एक दिन ऐसा आयेगा कि लोग उनको समझेंगे कि कौन हैं आशाराम बापू ! जिस प्रकार उनके साथ अन्याय हो रहा है यह अच्छी बात नहीं है।

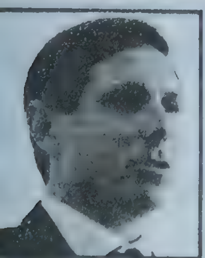


श्री श्री १०८ महामंडलेश्वर महंत जितेन्द्रदासजी : आशारामजी बापू के केस में साफ दिख रहा है कि षड्यंत्र करके उनको फँसाया गया। एक राज्य में उनको आरोपित किया जाता है, दूसरे राज्य दिल्ली में उन पर मुकदमा लिखा जाता है ! हम केन्द्र सरकार से माँग करते हैं कि बापूजी के मामले में सच्चाई को सामने लायें। बापू निर्दोष हैं, उनको बरी किया जाय।

(संकलक : धर्मेन्द्र गुप्ता) ❒

आशारामजी बापू को तत्काल न्यायिक राहत दी जाय

– पैट्रिक ब्राउन, मेयर, सिटी ऑफ ब्रैम्पटन, कनाडा



कनाडा में रह रहे संत श्री आशारामजी बापू के शिष्यों में उनके स्वास्थ्य को लेकर चिंता बढ़ती जा रही है। संत आशारामजी ने अपने पूरे जीवनकाल में पूरे भारत में निःस्वार्थ मानव-कल्याण के सेवाकार्य चलाये हैं। उनकी शिक्षाओं व मार्गदर्शन ने बहुतों की मदद की है और उनकी सुख-शांति की राह ने जरूरतमंदों को सहारा दिया है। भारत के युवाओं, बच्चों और आदिवासियों के कल्याण के लिए एवं महिला सशक्तीकरण हेतु आध्यात्मिक तथा और भी बहुत सारे कार्य जो उन्होंने किये हैं उनसे बहुत लोग लाभान्वित हुए हैं।

मैं संत श्री आशारामजी बापू को मानवीयता के आधार पर तत्काल न्यायिक राहत प्रदान करने में मदद हेतु औपचारिक अनुरोध कर रहा हूँ।

ध्यान में उपयोगी महत्त्वपूर्ण १२ योग

(ध्यान में उपयोगी योगों में से अंक ३४१ तक आपने **देशयोग, कर्मयोग, अनुराग योग, अर्थयोग, उपाय योग, अपाय योग, निश्चय योग, चक्षुर्योग और आहार योग** के बारे में पढ़ा । पूज्य बापूजी के सत्संग-अमृत में आगे आता है :)

(१०) संहार योग : विषयों की ओर खींचनेवाली मन-इन्द्रियों की स्वाभाविक प्रवृत्ति को रोकना 'संहार योग' कहलाता है। संसार के आकर्षणों को हटा के अपने मन को ईश्वर में ही लगाने का प्रयत्न करें । 'ईश्वर के गुप्त रहस्यों का अमूल्य खजाना पाना है' यह सोचकर तुच्छ चीजों की ओर से मन को हटा लेना - यही है संहार योग ।

जीवन जीने की कला

(११) मनोयोग : मन को संकल्प-विकल्प से रहित करने का, एकाग्र करने का प्रयत्न करना 'मनोयोग' है । इष्ट अथवा सद्गुरु के चित्र को आँखों की सीध में रखकर आँख की पुतली न हिले इस तरह एकटक देखते रहें। फिर आँख बंद करके उस चित्र को भ्रूमध्य में देखें । अजपाजप करके धारणा करें। जहाँ-जहाँ मन जाता हो वहाँ-वहाँ से हटाकर उसे सद्गुरु में, ईश्वर में लगाने का यत्न करें, इसे कहते हैं 'मनोयोग' । ज्यों-ज्यों पूर्व के साधन करते जाओगे त्यों-त्यों मनोयोग सहज होने लगेगा और ज्यों-ज्यों मनोयोग होता जायेगा त्यों-त्यों योग में सफलता आसानी से मिलती जायेगी ।

(१२) दर्शन योग : जन्म, मृत्यु, जरा, व्याधि के समय जो महान दुःख होता है उस पर विचार करके संसार से विरक्त होने का नाम 'दर्शन योग' है ।

जन्ममृत्युजराव्याधिदुःखदोषानुदर्शनम् ॥

(गीता : १३.८)

इनका विचार करके विवेक बढ़ा दें तो दर्श[न] योग में सफलता मिल जायेगी । जन्म का दुःख, मृत्यु का दुःख, व्याधि का दुःख, बुढ़ापे का दुःख इनके अलावा भी दुनिया में और कितने ही दुः[ख] हैं । पल का भी पता नहीं है कि क्या होगा । जि[स] प्रकार कीड़ा बहती जलधारा में एक भँवर से दूस[रे] भँवर में, एक तरंग से दूसर[ी] तरंग में थपेड़े खाते-खा[ते] भटकता हुआ मर जाता है वैसे ही जीव को इस संसार [में] एक जन्म से दूसरे जन्म में, एक योनि से दूसर[ी] योनि में भटकना पड़ता है । आखिर जब मनुष्य जन्म मिलता है तब भी वह एक जिम्मेदारी से दूसर[ी] जिम्मेदारी, एक वासना से दूसरी वासना... ऐ[से] ही जिम्मेदारी के, वासना के थपेड़े खाते-खा[ते] मर जाता है । इस प्रकार मँझधार में थपेड़े खात[ा] हुआ मनुष्य यदि विवेक-बुद्धिरूपी नाव को पा [ले] तो उसका सहारा लेकर वह आसानी से भवसाग[र] तर सकता है । संसार के थपेड़े खाते-खाते दाद[ा] भी गये, परदादा भी गये, उनके नाम तक न[हीं] जानते हैं लोग। और भी इतने लोग चले गये जिनक[ी] कोई गिनती नहीं हो सकती... हम भी ऐसे ही च[ले] जायें उससे पहले विवेक जगाकर जन्म, मृत्यु, जरा, व्याधि में दुःख को देख के इनसे बचने क[ा] उपाय करना चाहिए । यही है 'दर्शन योग' ।

इन १२ योगों की साधना करनेवाला साधक बड़ा सामर्थ्य पा लेता है। ऋद्धि-सिद्धि भी पा लेत[ा] है लेकिन यह भी कोई बड़ी बात नहीं है । जिस[ने] आत्मसिद्धि पा ली, अपने आत्मा का ज्ञान पा लिय[ा] उसने अपना काम बना लिया । आप भी अप[ने] अनुकूल साधना-पथ पर चलकर अपना काम ब[ना] लो । समय बीता जा रहा है । (क्रमशः)

दृष्टि पड़नेमात्र से मिली जीवन को सही दिशा



पहले मैं दारू पीना, मांसाहार करना आदि दुर्व्यसनों में बुरी तरह लिप्त था। किसको कैसे मारना, कैसे झगड़ा करना - ऐसे ही विचार दिमाग में घूमते थे। ऑफिस में, घर पर सभी लोग मुझसे बहुत परेशान रहते थे। एक घटना में मुझ पर हाफ मर्डर का केस भी बन गया था।

बापूजी का नागपुर में सत्संग था। लोग दर्शन के लिए रास्ते पर खड़े थे। कुतूहलवश मैं भी वहाँ पहुँच गया। मेरे मन में चल रहा था कि 'ऐसे संत तो बहुत देखे हैं...' इतने में पूज्य बापूजी की गाड़ी आ गयी और उनकी दृष्टि मेरे ऊपर पड़ी। दृष्टि में न जाने कैसा तेज था कि मैं देखता ही रह गया। मेरे मन के खूँखार विचार अवरुद्ध हो गये और मुझे बापू-ही-बापू दिखने लगे। अगले महीने मैंने बापूजी से दीक्षा ले ली। मेरे दुर्गुण अपने-आप छूटते चले गये और पूरा जीवन ही बदल गया।

२२ साल से मेरे ऊपर चल रहा केस खत्म हो गया। पहले मेरे पास रहने के लिए स्वयं का घर तक नहीं था। गुरुकृपा से मेरा घर बन गया और मैंने १७ एकड़ जमीन भी खरीद ली। मुझे ध्यान, जप व सेवा में इतना रस आने लगा कि १ लाख के ऊपर सैलरीवाली नौकरी को भी मैंने रिटायरमेंट के ६ साल पहले ही छोड़ दिया। आज गुरुकृपा से मेरे हृदय में जो शांति और आनंद है, उसके आगे उतनी सैलरी भी कोई मायने नहीं रखती।

पूज्य बापूजी की कृपा से जनवरी में मेरे बेटे का विवाह ऐसे विलक्षण ढंग से हुआ कि निगुरे लोग भी बोल उठे कि 'ऐसी शादी हमने आज तक नहीं देखी!' हमने शादी के एक दिन पहले गाँव में 'मातृ-पितृ पूजन कार्यक्रम' करवाया। शादी के दिन गाड़ी पर पूज्य बापूजी का बड़ा बैनर लगा के भजन-कीर्तन चलाते हुए पूरे गाँव में कीर्तन यात्रा निकाली। कैलेंडर व ऋषि प्रसाद बाँटीं। ४३९ मेहमानों को ऋषि प्रसाद का सदस्य बनाया। विवाह-स्थल पर दो-ढाई हजार लोगों की उपस्थिति में पूज्य बापूजी की आरती बड़े ही धूमधाम से करवायी। इस तरह से पूरा माहौल भक्तिमय हो गया था। मेरा जीवन तो नाली के कीड़े की तरह नीचा था लेकिन पूज्य बापूजी की कृपा से रसमय और साधनामय हो गया।

– महादेव एकड़े

सचल दूरभाष : ९५४५९५७५३७

पुण्यदायी तिथियाँ व योग

१६ जुलाई : संक्रांति (पुण्यकाल : सूर्योदय से शाम ४:५५ तक)

२० जुलाई : देवशयनी एकादशी (महान पुण्यमय, स्वर्ग एवं मोक्ष प्रदाता तथा पापनाशक व्रत), चतुर्मास व्रतारम्भ

• २३ जुलाई : गुरुपूर्णिमा, 'ऋषि प्रसाद' जयंती, विद्यालाभ योग (विद्यालाभ हेतु मंत्र व विधि देखें पिछले अंक के पृष्ठ ३३ पर अथवा सेवाकेन्द्रों पर उपलब्ध डायरी के शुरुआती १६ पृष्ठों में 'महत्त्वपूर्ण योग व तिथियाँ' में।)

२७ जुलाई : अंगारकी-मंगलवारी चतुर्थी (सूर्योदय से रात्रि २:२९ तक)

४ अगस्त : कामिका एकादशी (इसका व्रत व रात्रि-जागरण करनेवाला मनुष्य न तो कभी भयंकर यमराज का दर्शन करता है और न कभी दुर्गति में ही पड़ता है।)

८ अगस्त : रविपुष्यामृत योग (सूर्योदय से सुबह ९:२० तक)

१५ अगस्त : रविवारी सप्तमी (सूर्योदय से सुबह ९:५२ तक)

(अधिक जानकारी हेतु आश्रमों में व समितियों के सेवाकेन्द्रों पर उपलब्ध कैलेंडर, डायरी लें।)

खून की कमी (रक्ताल्पता) कैसे दूर करें ?

शरीर में हीमोग्लोबिन का स्तर कम होने की स्थिति को रक्ताल्पता (anaemia) कहते हैं। हीमोग्लोबिन कम होने से रक्त की ऑक्सीजन-परिवहन की क्षमता कम हो जाती है और शारीरिक व मानसिक स्थिति पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है। रक्ताल्पता होने से थकान, कार्यक्षमता का अभाव, त्वचा में पीलापन, साँस लेने में कठिनाई, ठंड लगना, चक्कर आना, अनिद्रा आदि लक्षण दिखाई पड़ते हैं।



लौह तत्त्वयुक्त पौष्टिक आहार के अभाव तथा पेट में कृमि व अन्य बीमारियों के कारण लौह तत्त्व अवशोषित करने की क्षमता कम हो जाती है और रक्ताल्पता होने की सम्भावना विशेषरूप से बढ़ जाती है। गर्भवती महिलाओं, किशोरावस्था से ४५ वर्ष की महिलाओं तथा बालक-बालिकाओं में लौह तत्त्व की अधिक आवश्यकता होती है। रक्ताल्पता से बचने तथा उसे दूर करने हेतु आहार-विहार का सही होना अत्यंत आवश्यक है। आँतें, यकृत (liver) व गुर्दे (kidneys) हीमोग्लोबिन बढ़ाने में सहयोगी होते हैं अतः इन्हें स्वस्थ रखना चाहिए, जिसके लिए अनुलोम-विलोम व त्रिबंधयुक्त प्राणायाम तथा स्थलबस्ति मददरूप हैं। (त्रिबंधयुक्त प्राणायाम की विधि हेतु पढ़ें 'ऋषि प्रसाद', जून २०२१, पृष्ठ ३१ तथा स्थलबस्ति की विधि हेतु पढ़ें 'ऋषि प्रसाद', जून २०१९, पृष्ठ ३२)

रक्ताल्पता में हितकारी आहार

सब्जियों में चौलाई, पालक, मेथी, हरा धनिया, चुकंदर, लौकी, गाजर, सहजन, पुनर्नवा आदि का सेवन हितकारी है। फलों में अनार, काले या पके हुए हरे अंगूर, पपीता, सेब, संतरा, मोसम्बी, आँवला, केला, अंजीर, पके मीठे आम आदि का सेवन हितकर है। देशी गाय का दूध गुणकारी है। रागी (finger millet) व राजगिरा के आटे में लौह तत्त्व विपुल मात्रा में होता है। खजूर, अंजीर, बादाम, छुहारा, पेठे के बीज, काजू व मूँगफली - इनमें से जो भी अनुकूल पड़े रात को पानी में भिगोकर सुबह पाचनशक्ति एवं ऋतु के अनुसार उचित मात्रा में सेवन करना हितकर है।

अहितकर आहार-विहार

✻ उष्ण प्रकृति के पदार्थ, बासी अन्न, मिर्च, गरम मसाले व अन्य तीखे पदार्थ, मिठाई, आलू, कुलथी, सरसों, लहसुन, कचौरी, समोसा तथा पीजा, बर्गर आदि फास्ट फूड एवं चाय, कॉफी, कोल्ड ड्रिंक्स व बाजारू खाद्य पदार्थ का सेवन अहितकर है।

✻ धूप में या अग्नि के पास काम करना, स्त्री-पुरुष का अधिक सहवास, चिंता, शोक, जागरण, शक्ति से अधिक परिश्रम, अधिक उपवास व दिन में शयन अहितकर है।

पूज्य बापूजी द्वारा बताये गये गुणकारी प्रयोग

✻ सूर्य की सुबह की कोमल लाल किरणें शरीर पर पड़ने से लाल रक्तकण बनते हैं, हीमोग्लोबिन बढ़ता है, खून अच्छा बनता है। प्रसन्न रहने से भी खून बनता है।

✻ खून की कमी दूर करने के लिए अनार व काली द्राक्ष बहुत फायदा करते हैं।

✻ आधा चम्मच आँवले के चूर्ण में एक चम्मच



मिश्री मिला लें या १ चम्मच मिश्रीयुक्त 'आँवला चूर्ण'★ ले लें, इसे पानी में डाल के घोल बनाकर गुनगुना करके पियेंगे तो चाय का काम होगा और सादे पानी में पियेंगे तो शरबत का काम होगा, दोनों में से जो अनुकूल पड़े कर सकते हैं।

✻ जिसको खून की कमी है वह किशमिश, मुनक्का आदि खाया करे। रात को १५ से २० किशमिश अथवा मुनक्का ३-४ बार अच्छे-से धोकर लगभग २५० मि.ली. पानी में भिगो दें और सुबह जरा-सा गुनगुना करके खा लें व पानी पी लें।

✻ आधा गिलास गाजर का रस दिन में २ बार १५-२० दिन तक पियें। इससे रक्त में लाल कणों की वृद्धि होती है, रक्त शुद्ध होता है और पित्त शांत होता है। (गाजर के बीच के पीले भाग का सेवन न करें।)

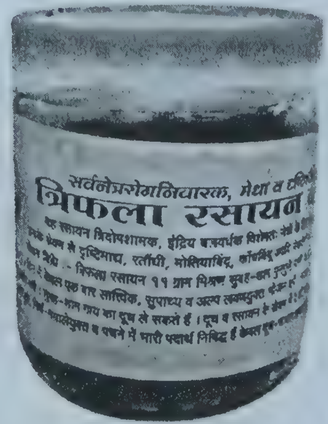
✻ जिनको जोड़ों का दर्द है... माइयों को ज्यादा होता है पुरुषों की अपेक्षा क्योंकि मासिक धर्म में खून का क्षय ज्यादा होने से लौह तत्त्व की कमी हो जाती है... तो जोड़ों के दर्द में क्या करना चाहिए कि शुद्ध लोहे की कड़ाही में अथवा लोहे के बर्तन में दाल बनायें अथवा तो दूध जितना पीते हैं उसमें उतना ही पानी डाल दें और लोहे की कड़ाही आदि किसी बर्तन में पानी सूखने तक मध्यम आँच पर उबालें। वह दूध पियो तो जोड़ों के दर्द में भी आराम होगा और खून भी बनेगा। इसमें खर्चा क्या लगना है ? दूध तो वही-का-वही और कड़ाही भी वही-की-वही। बस लोहे की कड़ाही हो, स्टील की नहीं।

(रक्ताल्पता में लाभदायी उत्पाद देखें पृष्ठ ३२ पर)

★ यह आश्रम में व समितियों के सेवाकेन्द्रों से प्राप्त हो सकता है।

अनेक बीमारियों में अत्यंत लाभदायी

त्रिदोषशामक त्रिफला रसायन



यह त्रिदोषशामक तथा स्मृति, बुद्धि, बल, वीर्य व नेत्रज्योति वर्धक है एवं अनेक बीमारियों में अत्यंत लाभदायी है। **इसके सेवन से शरीर में से विषाक्त द्रव्य (toxins) निकल जाते हैं और महामारी से सुरक्षित होने में मदद मिलती है।** तीव्र दवाइयों के साइड इफेक्ट्स भी इस रसायन के सेवन से क्षीण हो जाते हैं।

सेवन-विधि : ११ ग्राम त्रिफला रसायन★ सुबह खाली पेट गुनगुने पानी से ४० दिन तक लें। इसके सेवन के बाद २ घंटे तक कुछ न लें।

त्रिफला रसायन बनाने की विधि : १७५ ग्राम त्रिफला चूर्ण★★, १७५ ग्राम देशी गाय का पिघला हुआ घी★★★ व ९० ग्राम शुद्ध शहद★★ लेकर अच्छी तरह मिला लें और काँच या संगमरमर के पात्र में भर लें। (उपरोक्त मात्राएँ ४० दिन के प्रयोग के लिए दिन में एक समय सेवन अनुसार दी हैं। जिन्हें 'त्रिफला रसायन कल्प' करना हो वे सुबह-शाम ११-११ ग्राम रसायन का सेवन करें तथा त्रिफला रसायन बनाने हेतु उपरोक्त सामग्री दुगनी मात्रा में लें। पथ्य-पालन आदि विस्तृत जानकारी हेतु पढ़ें 'ऋषि प्रसाद', नवम्बर २०२०, पृष्ठ ३१) ❒

★ यह ashramestore.com से प्राप्त हो सकता है।

★★ ये आश्रम में व समितियों के सेवाकेन्द्रों से प्राप्त हो सकते हैं।

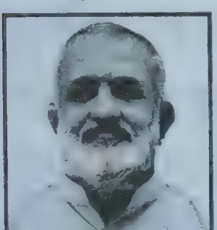
★★★ प्राप्ति-सम्पर्क : ७२२२९६३५२४, ७०१८१५३५३४



अभागे 'आलू' से सावधान !

"आलू रद्दी-से-रद्दी कंद है । इसका सेवन स्वास्थ्य के लिए हितकारी नहीं है । तले हुए आलू का सेवन तो बिल्कुल ही न करें । आलू का तेल व नमक के साथ संयोग विशेष हानिकारक है । जब अकाल पड़े, आपातकाल हो और खाने को कुछ न मिले तो आलू को आग में भूनकर केवल प्राण बचाने के लिए खायें ।" - पूज्य बापूजी

आचार्य चरक ने सभी कंदों में आलू को सबसे अधिक अहितकर बताया है। आलू को तेल में तलने से वह विषतुल्य काम करता है। आधुनिक अनुसंधानों के अनुसार उच्च तापमान पर या अधिक समय तक आलू को तेल में तलने से उसमें स्वाभाविक ही एक्रिलामाइड का स्तर बढ़ता है, जो कैंसर-उत्पादक तत्त्व सिद्ध हुआ है। कुछ शोधकर्ताओं ने तले हुए आलू के अधिक सेवन से मृत्यु-दर में वृद्धि होती पायी। इसका सेवन मोटापा व मधुमेह (diabetes) का भी कारण बन सकता है।



हाल ही में सूरत आश्रम के हमारे गुरुभाई **रूपाभाई** का देहावसान हुआ तब पूज्यश्री ने उनके लिए कहा कि "वह कर्मयोगी, बहादुर एवं आखिरी साँस तक निभानेवाला था, उसने ऊँचे लोक की प्राप्ति की।" ऐसे हमारे समाजहितैषी गुरुभाई रूपाभाई तथा राजूभाई दिलखुश, राजूभाई गोगड़, अशोकजी जाट एवं और भी कई भक्तों को अभागे आलू की वानगियों ने हमारे बीच से छीन लिया।

आलू का भूलकर भी सेवन न करें। पहले के खाये हुए आलू का शरीर पर कुप्रभाव पड़ा हो तो उसे निकालने के लिए रात को ३-४ ग्राम त्रिफला चूर्ण★ या ३-४ त्रिफला टेबलेट★ पानी से लेना हितकारी रहेगा।

पूज्य बापूजी को पहले फालसीपेरम मलेरिया हुआ था जो एलोपैथिक दवाओं से मिटा लेकिन उन दवाओं से ५ साइड इफेक्ट्स हुए तब पूज्यश्री ने भी त्रिफला रसायन बनवा के ४०-४० दिन का प्रयोग किया था। इससे ५ में से ४ साइड इफेक्ट्स - आँखों का तिरछापन, कानों का बहरापन, यकृत (liver) व गुर्दे (kidneys) की समस्या ये ठीक हुए। २०-२२ साल पुराना ट्राइजेमिनल न्यूराल्जिया, जिसे 'सुसाइड डिसीज' भी कहते हैं (इसकी भयंकर पीड़ा का विवरण इंटरनेट पर भी देख सकते हैं), वह भी त्रिफला रसायन से नियंत्रण में है। पूज्यश्री अब भी कभी-कभी त्रिफला लेते रहते हैं।

(त्रिफला रसायन बनाने की विधि, सेवन-विधि आदि देखें पृष्ठ ३१ पर) ☐

रक्ताल्पता में उत्तम लाभ देनेवाले उत्पाद



(१) रजत मालती : १ से २ गोली सुबह खाली पेट दूध से लें।



(२) आँवला-चुकंदर शरबत★ : १५ से २० मि.ली. शरबत २०० मि.ली. गुनगुने पानी में मिलाकर खाली पेट लें।



(३) द्राक्षावलेह : १-१ चम्मच दिन में २ बार भोजन के साथ लें।

(४) आँवला रस : १० से २० मि.ली. सुबह-शाम खाली पेट लें।

(५) घृतकुमारी रस (Aloe vera Juice)★ : ४ चम्मच सुबह खाली पेट लें। शाम को भोजन से १-२ घंटे पहले भी ले सकते हैं।

★ ये संत श्री आशारामजी आश्रम में व समितियों के सेवाकेन्द्रों से प्राप्त हो सकते हैं।

सुखमय जीवन की अनमोल कुंजियाँ

कालसर्पयोग दूर करने का उपाय

- पूज्य बापूजी

कालसर्पयोग बड़ा दुःख देता है लेकिन सद्गुरु-पूजन से, गुरु-ध्यान से, गुरुमंत्र के जप और सद्गुरु के आदर से कालसर्पयोग चला जाता है। नहीं तो कितना भी पूजा-पाठ कराओ, हजारों रुपये खर्च करो और इससे कालसर्पयोग थोड़ा-बहुत कम हुआ भी हो तो भी थोड़ी तो समस्या बनी रहती है किंतु गुरुपूनम के दिन अथवा किसी भी दिन सद्गुरु का मानसिक पूजन करके उनकी प्रदक्षिणा करे तो कालसर्पयोग का प्रभाव खत्म हो जाता है।

सत्संग की उन्नतिकारक कुंजियाँ

- पूज्य बापूजी

❈ सात्त्विक भोजन में तुलसी का एकाध दल रख के भगवान को भोग लगा के फिर भोजन करो और चबा-चबा के करो। इससे तुम्हारा मन पवित्र होगा, शरीर निरोग रहेगा, बुद्धि का विकास होगा और बुद्धि में ज्ञानयोग पाने की इच्छा होगी।

❈ व्यर्थ का बोलना, व्यर्थ का खाना, व्यर्थ के विकारों को पोषण देना - यह तुमको जिस दिन अच्छा न लगे उस दिन समझ लेना कि भगवान की, सद्गुरु की और हमारे पुण्यों की - तीनों की कृपा एक साथ उतर रही है।

क्रोध से हानियाँ और उससे बचने के उपाय

पद्म पुराण में आता है : 'जो पुरुष उत्पन्न हुए क्रोध को अपने मन से रोक लेता है, वह उस क्षमा के द्वारा सबको जीत लेता है। जो क्रोध और भय को जीतकर शांत रहता है, पृथ्वी पर उसके समान वीर और कौन है ! क्षमा करनेवाले पर एक ही दोष लागू होता है, दूसरा नहीं; वह यह कि क्षमाशील पुरुष को लोग शक्तिहीन मान बैठते हैं। किंतु इसे दोष नहीं मानना चाहिए क्योंकि बुद्धिमानों का बल क्षमा ही है। **क्रोधी मनुष्य जो जप, होम और पूजन करता है वह सब फूटे हुए घड़े से जल की भाँति नष्ट हो जाता है।'**

क्रोध से बचने के उपाय :

❈ एकांत में आर्तभाव से व सच्चे हृदय से भगवान से प्रार्थना कीजिये कि 'हे प्रभो ! मुझे क्रोध से बचाइये।'

❈ जिस पर क्रोध आ जाय उससे बड़ी नम्रता से, सच्चाई के साथ क्षमा माँग लीजिये।

❈ सात्त्विक भोजन करें। लहसुन, लाल मिर्च एवं तली हुई चीजों से दूर रहें। भोजन चबा-चबाकर कम-से-कम २५ मिनट तक करें। क्रोध की अवस्था में या क्रोध के तुरंत बाद भोजन न करें। भगवत्पाद साँईं श्री लीलाशाहजी महाराज भोजन से पूर्व हास्य-प्रयोग करने को कहते थे। अपने आश्रमों में भी भोजन से पूर्व हास्य-प्रयोग किया जाता है, साथ ही श्री आशारामायणजी की कुछ पंक्तियों का पाठ और जयघोष भी किया जाता है तो कभी 'जोगी रे...' भजन की कुछ पंक्तियाँ गायी जाती हैं। इस प्रकार रसमय होकर फिर भोजन किया जाता है। इस प्रयोग को करने से क्रोध से सुरक्षा तो सहज में ही हो जाती है और साथ-ही-साथ चित्त भगवद् आनंद, माधुर्य से भी भर जाता है। ❐



भय लगे तो क्या करें ?

प्रश्नकर्त्री : बापूजी ! मुझे अक्सर बहुत भय लगता है, पता नहीं क्यों ?

पूज्य बापूजी : पता नहीं कि क्यों तुमको भय लगता है ? वास्तव में भय तुमको कभी लगा ही नहीं है । जब भी भय लगता है तो मन को ही लगता है, भय तुमको छू भी नहीं सकता । अब तुम मन के साथ जुड़ जाने की गलती छोड़ दो, भय लगे तो लगे । कुत्ते की पूँछ को भय लगा, दब गयी तो तेरे बाप का क्या जाता है ! जब भी भय लगे तो सोच कि ‘कुत्ते को भय लगा और पूँछ दब गयी तो मेरा क्या ?’ घर में कुत्ता आया फिर अपनी पत्नी, बहू-बेटों को भी लाया तो घर का मालिक हो गया क्या ? ऐसे ही भय आया मन में तो तेरा मालिक हो गया क्या ? आता है - जाता है । ‘भय क्यों लगता है, कैसे लगता है ?’ मरने दे इसको, महत्त्व ही मत दे । भय को तू तो जानती है न ! तो चिंतन कर कि ‘भय को जाननेवाली मैं निर्भय हूँ । भय मन को लगता है, चिंता चित्त को लगती है, बीमारी शरीर को लगती है, दुःख मन को होता है... **हम हैं अपने-आप, हर परिस्थिति के बाप !** हम प्रभु के, प्रभु हमारे, ॐ... ॐ... ॐ... ॐ... आनंद, ॐ माधुर्य ॐ ।’ जब भी भय लगे बस ऐसा ॐ... ॐ... ॐ... हा हा हा (हास्य-प्रयोग करना)... फिर ढूँढ़ना - ‘कहाँ है भय ? कहाँ तू लगा है देखें बेटा ! कहाँ रहता है बबलू ! कहाँ है तू भय ?’ तो भय भा जायेगा । भय को भगाने की चिंता मत कर, प्र के रस में रसवान हो जा ।

साधिका : बापूजी ! मेरी साधना में कु समय से बहुत गिरावट आ रही है, मन-बुद्धि संस में बहुत विचलित होते हैं तो क्या करूँ जिस साधना में उन्नति हो ?

पूज्यश्री : संत कबीरजी बोलते हैं :

“चलती चक्की देख के दिया कबीरा रोय ।
दो पाटन के बीच में साबित बचा न कोय ॥

दिन-रात, सुख-दुःख, अनुकूलता प्रतिकूलता, उतार-चढ़ाव देखकर मैं रो पड़ा फि गुरु के ज्ञान से प्रकाश हुआ :

चक्की चले तो चालन दे, तू काहे को रोय ।
लगा रहे जो कील से तो बाल न बाँका होय ॥”

यह गिरावट, उत्थान-पतन आता-जाता फिर भी जो आता-जाता नहीं है, ॐऽऽऽ... ॐका के उच्चारण में प्रथम अक्षर ‘अ’ और आखि अक्षर ‘म’ के बीच निःसंकल्प अवस्था है,★ उस टिकने का प्रीतिपूर्वक प्रयत्न करो, सब मंगलम हो जायेगा ।

★ **विस्तृत जानकारी हेतु पढ़ें ऋषि प्रसाद, जु २०२०, पृष्ठ १२**

अमृतबिंदु

- पूज्य बापूजी

आत्मा के शिखर पर तुम जितना भी चढ़ोगे, उतनी बुद्धि विशाल हो जायेगी, मन प्रसन्न हो जायेगा, प्रभु के गीत गूँजने लगेंगे फिर तुम प्रभु हो जाओगे । प्रभु के गीत औ तुम दो न रहोगे । तुम्हारे गीत प्रभु के गीत होंगे, प्रभु के गीत तुम्हारे गीत होंगे । तुम्हा हृदयरूपी सितार से प्रभु का संगीत निकलेगा ।

रक्षाबंधन हेतु वैदिक रक्षासूत्र



शुभ भाव तथा रक्षा के शुभ संकल्प से सँजोया हुआ रक्षासूत्र यदि वैदिक रीति से बना हो तथा वैदिक त्रोच्चारण व भगवद्भाव सहित बाँधा जाय तो उसका सामर्थ्य असीम हो जाता है। प्रतिवर्ष के अनुसार इस वर्ष ी महिला उत्थान मंडल द्वारा दूर्वा, अक्षत, सरसों, कुमकुम और हल्दी - इन पाँच चीजों के मिश्रण क साथ सुसज्जित एवं पूज्य बापूजी के श्रीविग्रह से सुशोभित रुद्राक्ष के मनकों की वैदिक ाखियाँ बनायी गयी हैं।



प्राप्ति-स्थल इस पृष्ठ पर सबसे अंत में देखें। सम्पर्क : (०७९) ६१२१०७३२, रजिस्टर्ड पोस्ट से मँगवाने हेतु सम्पर्क : ७९) ६१२१०७६९/९२२८७७६७८० ऑनलाइन प्राप्ति हेतु : www.ashramestore.com/Products-Vedic_Rakhi-26



निरापद वटी

संक्रमण से बचाये, बुखार, कफ, खाँसी, कमजोरी भगाये

निरापद वटी संक्रमण का नाश कर तद्जन्य बुखार, कफ, खाँसी, कमजोरी आदि लक्षणों से शीघ्र राहत दिलाती है। संक्रमण के दुष्प्रभाव से श्वसन-तंत्र (Respiratory System) में होनेवाली विकृति को दूर करती है। विटामिन 'सी' के द्वारा रोगप्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाती है। यह बुखार की उत्कृष्ट औषधि है, साथ में रसायन (tonic) होने से बलदायक भी है। संक्रमण के प्रभाव से आनेवाली कमजोरी को दूर करने में सहायक है।

श्रेष्ठ औषधियों से बनी यह निरापद वटी संक्रमण से सुरक्षा करने में भी अत्यंत लाभदायी है। सुरक्षा हेतु २-२ गोलियाँ दिन में २ बार १५ दिन तक लें।

हरि ॐ हैंड सैनिटाइजर

घृतकुमारी (Aloe vera) व नीम युक्त

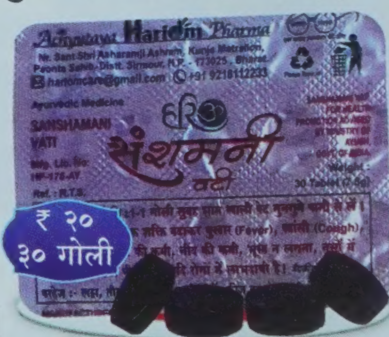
९९.९ % कीटाणुओं को तुरंत नष्ट करने में सक्षम !



बाजार, अस्पताल, ऑफिस, कार में हों या हों यातायात में... खेलकूद, खाँसने-छींकने अथवा सार्वजनिक स्थानों से आने के बाद... बीमार व्यक्ति या पालतू पशुओं को छूने के बाद... अर्थात् कहीं भी, कभी भी... साबुन और पानी की अनुपलब्धता में भी रखें हाथों को कीटाणुमुक्त।

संशमनी वटी

रोगप्रतिकारक शक्ति बढ़ाकर संक्रामक रोगों से रक्षाप्रद। सभी प्रकार के बुखार, खाँसी, सर्दी, बीमारी के बाद की कमजोरी, खून की कमी आदि में लाभदायी।



स्वादिष्ट

अमरूद चटनी

इससे भूख बढ़ती है व पाचनक्रिया च्छी होती है। यह अमरूद के शक्तिदायक, र्यवर्धक तथा वायु व पित्त शामक गुणों का लाभ दिलाती है। सत्त्वगुण व बुद्धि वर्धक ने के साथ इसमें थकान दूर करने का भी ण है। यह पेट की बीमारियों में विशेष भकारी है। इसे भोजन के साथ सेवन करें।





बेल चूर्ण

यह चूर्ण आँव-मरोड़, कमजोर पाचनशक्ति व पेट की खराबी से बार-बार होनेवाले दस्त, खूनी बवासीर एवं आँतों के घाव को दूर कर आँतों की कार्यशक्ति बढ़ाता है।

क्त सामग्री संत श्री आशारामजी आश्रमों में व समितियों के सेवाकेन्द्रों से प्राप्त हो सकती है। अन्य उत्पादों व सभीके विस्तृत लाभ आदि जानकारी के लिए एवं घर बैठे रजिस्टर्ड पोस्ट द्वारा सामग्री प्राप्त करने हेतु गूगल प्ले स्टोर से डाउनलोड करें : "Ashram eStore" App या विजिट करें : www.ashramestore.com या सम्पर्क करें : (०७९) ६१२१०७६९. ई-मेल : contact@ashramestore.com

देशवासियों में अब चरम पर है निर्दोष पूज्य बापूजी को शीघ्र जमानत दिये जाने की माँग

RNI No. 48873/9
RNP. No. GAMC 1132/2
(Issued by SSPOs Ahd, valid upto
Licence to Post without Pre-
WPP No. 08/21-23
(Issued by CPMG UK. valid upto
Posting at Dehradun G.P.O
1st to 17th of every mo
Date of Publication: 1st Ju



To
के एल बुरानी
E-19 मधुबन कालोनी
नाका मदार
अजमेर - 305007

स्थानाभाव के कारण सभी तस्वीरें नहीं दे पा रहे हैं । अन्य अनेक तस्वीरों हेतु वेबसाइट www.ashram.org/sewa देखें ।
आश्रम, समितियाँ एवं साधक-परिवार अपने सेवाकार्यों की तस्वीरें sewa@ashram.org पर ई-मेल करें ।